

®

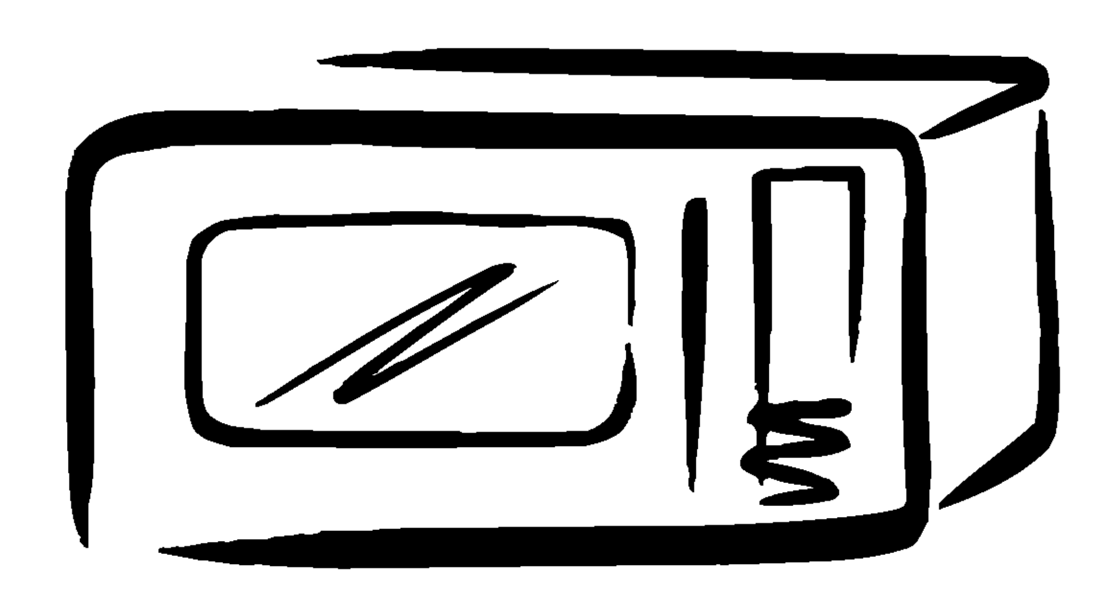
MICROWAVE OVEN

Use and Care Guide

Models 721.63102
721.63109



ESPAÑOL



Sears, Roebuck and Co., Hoffman Estates, IL 60179 U.S.A.

P/NO.: 3828W5A3514

www.sears.com

TABLE OF CONTENTS

WARRANTY

FULL ONE-YEAR WARRANTY ON MICROWAVE OVEN

For one year from the date of purchase, if this Kenmore microwave oven fails due to a defect in material or workmanship, Sears will repair it free of charge.

FULL FIVE-YEAR WARRANTY ON THE MAGNETRON

For five years from the date of purchase, if the magnetron in this Kenmore microwave oven fails due to a defect in material or workmanship, Sears will replace it free of charge.

WARRANTY SERVICE

For warranty service, return the microwave to your nearest Sears Parts & Repair Center in the United States. For the location of your nearest Sears Parts & Repair Center, call 1-800-4-MY-HOME®.

This warranty is void if microwave is used for other than private household purposes.

This warranty applies only while this product is in use in the United States.

This warranty gives you specific legal rights, and you may also have other rights which vary from state to state.

Sears, Roebuck and Co., D/817WA, Hoffman Estates, IL. 60179 U.S.A.

PRECAUTIONS TO AVOID POSSIBLE EXPOSURE TO EXCESSIVE MICROWAVE ENERGY ...

- **Do not attempt to operate this oven with the door open,** since open-door operation can result in harmful exposure to microwave energy. It is important not to defeat or tamper with the safety interlock.
- **Do not operate the oven if it is damaged.** It is particularly important that the oven door close properly and that there is no damage to the:
  - door (bent)
  - hinges and latches (broken or loosened)
  - door seals and sealing surfaces.
- **Do not place any object between the oven front face and the door,** or allow soil or cleaner residue to accumulate on sealing surfaces.
- **The oven should not be adjusted or repaired** by anyone except properly qualified service personnel.

GROUNDING INSTRUCTIONS

This appliance must be grounded! If an electrical short circuit occurs, grounding reduces the risk of electric shock by providing an escape wire for the electric current. This appliance is equipped with a cord having a grounding wire with a grounding plug. Put the plug into an outlet that is properly installed and grounded.

⚠ WARNING ⚠

If you use the grounding plug improperly, you risk electric shock.

Ask a qualified electrician or the Sears Service Department if you do not understand the grounding instructions or if you wonder whether the appliance is properly grounded.

This appliance has a short power supply cord to reduce the risk of anyone's tripping over or becoming entangled in the cord. You may use an extension cord if you are careful.

If you use an extension cord, be sure that:

- The extension cord has the same electrical rating as the appliance.
- The marked rating of the extension cord shall be equal to or greater than the electrical rating of the appliance.
- The extension cord is a grounding-type 3-wire cord.
- The extension cord does not drape over a countertop or tabletop, where it can be pulled on by children or tripped over accidentally.
- The electrical cord is dry and not pinched or crushed in any way.

NOTE: This oven draws 13 amperes at 120 Volts, 60 Hz.

IMPORTANT SAFETY INSTRUCTIONS

The safety instructions below will tell you how to use your oven to avoid harm to yourself or damage to your oven.

WARNING – To reduce the risk of burns, electric shock, fire, injury to persons, or exposure to excessive microwave energy:

1. **Read all the instructions before using your oven.**
2. **Do not allow children to use this oven without close supervision!**
3. Read and follow the specific **PRECAUTIONS TO AVOID POSSIBLE EXPOSURE TO EXCESSIVE MICROWAVE ENERGY** found on page 3.
4. **Do not tamper with the built – in safety switches on the oven door!** The oven has several built-in safety switches to make sure the power is off when the door is open.
5. **When cleaning the door and the surfaces that touch the door, use only mild, nonabrasive soaps or detergents and a sponge or soft cloth.**
6. **If your oven is dropped or damaged,** have it thoroughly checked by a qualified service technician before using it again.
7. **To avoid a fire hazard:**
   a) **Do not severely overcook foods.** It can cause a fire in the oven.
   b) **Do not use recycled paper products in your oven.** They can contain particles that can cause arcing or may ignite.
   c) **Do not overcook potatoes.** Overcooking could cause a fire.
   d) **Do not store combustible items** (bread, cookies, etc.) **in the oven,** because if lightning strikes the power lines, it may cause the oven to turn ON.
   e) **Do not use wire twist-ties in the oven.** Be sure to remove them before placing the item in the oven.
   f) **Do not use the cavity for storage purposes.** Do not leave paper products, cooking utensils, or food in the cavity when not in use.
8. **If a fire should start:**
   a) **Keep the oven door closed.**
   b) **Turn the oven off.**
   c) **Disconnect the power cord or shut off the power at the fuse or circuit breaker panel.**
9. Do not use this oven for commercial purposes. This microwave is made for household use only.
10. Install or locate this appliance in accordance with the provided installation instructions.
11. **To avoid electric shock:**
   a) **This appliance must be grounded!** Connect it only to a properly grounded outlet. (See the **Grounding instructions** on page 3.)
   b) **Do not operate this appliance if it has a damaged cord or plug,** if it is not working properly, or if it has been damaged or dropped.
   c) **Do not immerse the electrical cord or plug in water.**
   d) **Keep the cord away from heated surfaces.**
   e) This appliance should be serviced only by qualified service personnel.
12. Liquids such as water, coffee, or tea are able to be overheated beyond the boiling point without appearing to be boiling due to surface tension of the liquid. Visible bubbling or boiling when the container is removed from the microwave oven is not always present. This could result in very hot liquids suddenly boiling over when a spoon or other utensil is inserted into the liquid. To reduce the risk of injury to persons; 1) Do not overheat the liquid. 2) Stir the liquid both before and halfway through heating it. 3) Use extreme care when inserting a spoon or other utensil into the container, once heating has begun. 4) Do not use straight-sided containers with narrow necks. 5) After heating, allow the container to stand in the microwave oven for a short time before removing the container.
13. Keep the glass tray and the turntable roller rest in the oven when you are cooking.
14. Do not use the oven outdoors. Do not store the oven outdoors. Do not use this product near water.
15. Do not cover or block any openings in the oven.
16. Do not run the microwave oven empty.
17. Do not let the cord hang over the edge of a table or counter.
18. Do not heat glass turntable excessively.
   – Do not cook bacon directly on the glass turntable.
   – Do not allow the grey film on special microwave cooking packages to touch the glass turntable. Put the package on a microwave-safe dish.
   – Keep a browning dish at least 3/16 inch above the glass turntable. If you use the browning dish incorrectly, you could break the glass turntable.
19. Be careful not to chip or scratch the edges of the turntable. Chips or scratches may cause the turntable to break during use.

SAVE THESE INSTRUCTIONS!

SPECIFICATIONS

Power Supply	120 V AC, 60 Hz
Rated Power Consumption	1,200 W
Microwave Output	800 W
Rated Current	10.5 A
Overall Dimensions (WxHxD)	19" x 11 1/16" x 12 13/16"
Oven Cavity Dimensions (WxHxD)	12 13/16" x 7 5/8" x 11 13/32"
Capacity of Oven Cavity	0.8 Cu. Ft.

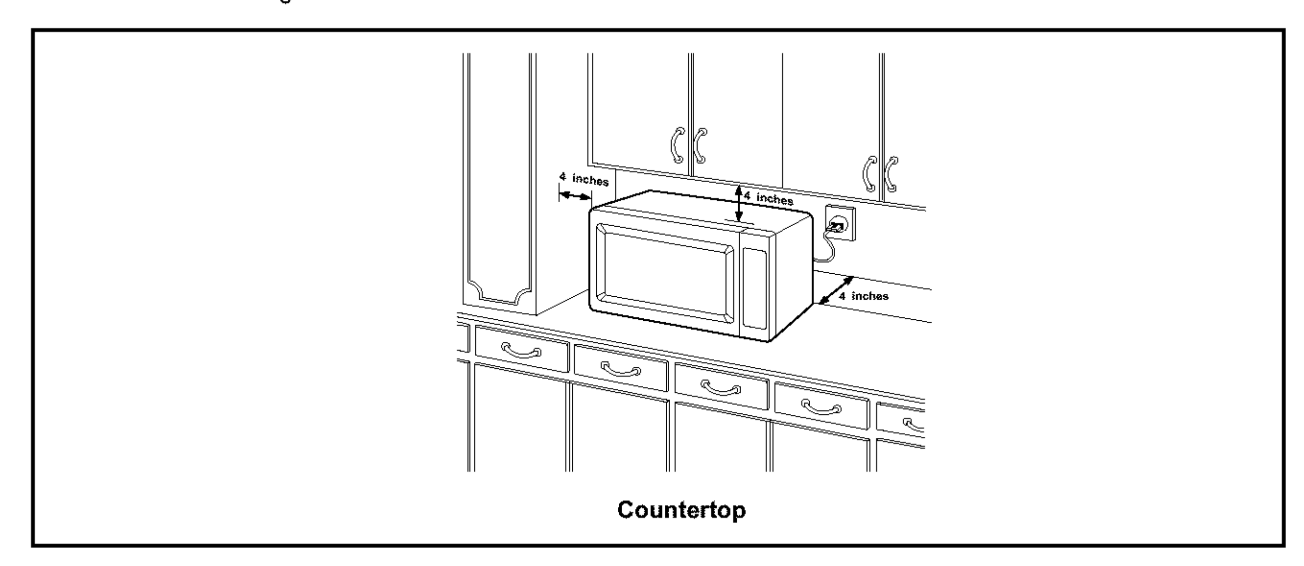
*IEC 60705 RATING STANDARD
Specifications subject to change without prior notice.

INSTALLATION

1. Remove your Kenmore microwave oven and all packing materials from the shipping carton.
2. Place the oven on a level surface that provides at least 4 inches of space at the left, right, top, and rear sides for proper ventilation.

   NOTE: Do not install your microwave oven over a range, cooktop or other heat-producing appliances. This oven is not designed for Built-In use.
3. Place the turntable roller rest in the circle on the oven floor and then place the glass turntable on the top of the turntable roller rest.

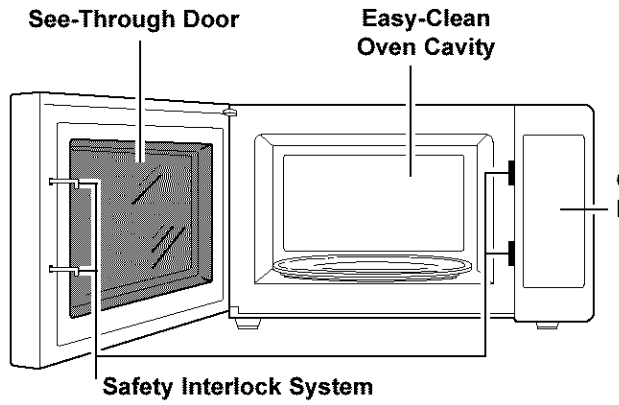
NOTE: Never place the glass turntable in the oven upside down. Blocking the inlet and/or outlet openings can damage the oven.



Countertop

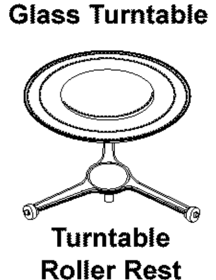
UNDERSTANDING YOUR MICROWAVE OVEN

PARTS AND ACCESSORIES

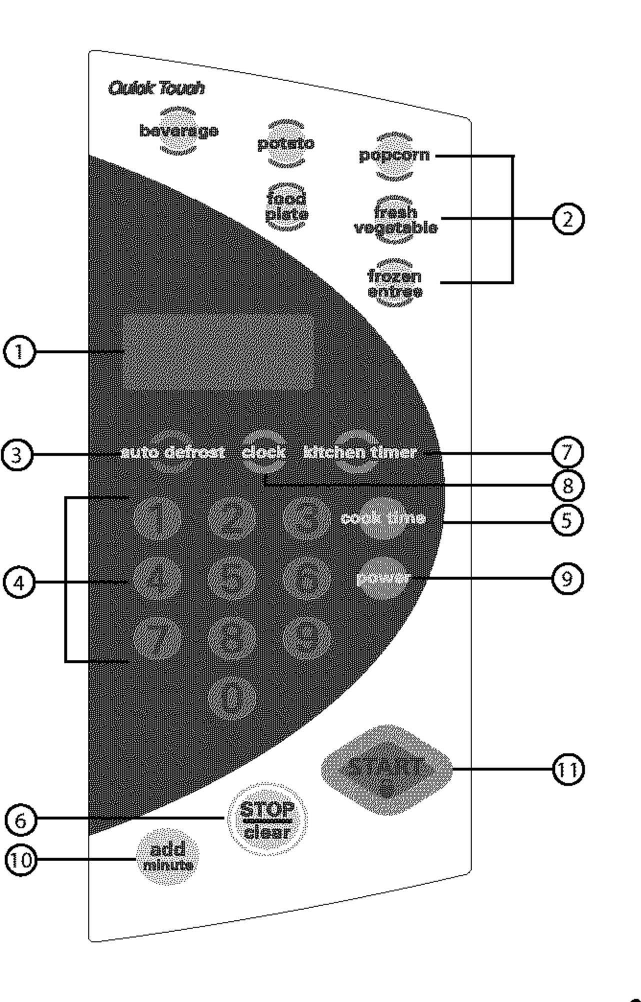


Your oven comes with the following accessories:

1 Use and Care Guide
1 Glass Turntable
1 Turntable Roller Rest



CONTROL PANEL



1. **DISPLAY.** The Display includes a clock and indicators that tell you time of day, cooking time settings, and cooking functions selected.
2. **QUICK TOUCH.** This pad allows you to cook most of your favorite foods without having to select cooking times and power levels.
3. **AUTO DEFROST**. This pad is an accurate defrosting method for frozen meat, poultry and fish up to 6.0 lbs or 4.0 kgs.
4. **NUMBER PADS.** Touch Number Pads to enter cooking time, power level, quantities, or weights.
5. **COOK TIME.** Touch this pad to set a cooking time.
6. **STOP/CLEAR.** Touch this pad to stop the oven or clear entries.
7. **KITCHEN TIMER.** Touch this pad to use your microwave oven as a kitchen timer.
8. **CLOCK.** Touch this pad to enter the time of day.
9. **POWER.** Touch this pad to set a cooking power.
10. **ADD MINUTE.** Touch this pad to cook at 100% cook power for 1 minute to 99 minute 59 seconds.
11. **START.** Touch this pad to start all entries (except the Quick Touch Sensor, Express Defrost, Auto Cook and Add Minute function which start automatically) and to turn Child Lock on or off.

COOKWARE GUIDE

Most heat-resistant, non-metallic cookware is safe for use in your microwave oven. However, to test cookware before using, follow these steps:

1. Place the empty cookware in the microwave oven.
2. Measure 1 cup of water in a glass measuring cup and place it in the oven beside the cookware.
3. Microwave on 100% power for 1 minute. If the dish is warm, it **should not** be used for microwave cooking.

USE

Ovenproof Glass
- Glass treated for use in high-intensity heat includes utility dishes, bread dishes, pie plates, cake plates, liquid measuring cups, casseroles, and bowls without metallic trim.

China
- Bowls, cups, serving plates, and platters without metallic trim can be used in your oven.

Plastic
- When using plastic wrap as a cover, make sure that the dish is deep enough so the plastic wrap does not touch the food. As the food heats, it may melt the plastic wrap wherever the wrap touches the food.
- Place plastic wrap loosely over the top of the dish and secure it by pressing the wrap to the sides of the dish.
- Vent by turning back one corner of the plastic wrap. This will allow excess steam to escape.
- Use plastic dishes, cups, semi-rigid freezer containers, and plastic bags **only for short time cooking. Use these with care because the plastic may soften from the heat of the food.**

Paper
- Microwave-safe paper towels, waxed paper, paper napkins, and paper plates with no metallic trim or design can be used in your oven.
- Refer to the paper manufacturer's label for use of any paper product in the microwave oven.

DO NOT USE

Metal Utensil
- Metal shields food from microwave energy and produces uneven cooking. Avoid metal skewers, thermometers, or foil trays.
- Metal utensils can cause arcing, which is a discharge of electric current. Arcing can damage your microwave oven.

Metal Decoration
- Do not use metal-trimmed or metal-banded dinnerware, casserole dishes, etc.

Centura™ Tableware
- The Corning Company recommends that you **do not use** Centura tableware and some Corelle™ closed-handle cups for microwave cooking.

Aluminum Foil
- Avoid large sheets of aluminum foil because they hinder cooking and may cause arcing.
- Use small pieces of foil to shield poultry legs and wings.
- Keep **all** aluminum foil at least 1 inch from the walls and door of the oven.

Wood
- Wooden bowls, boards, and baskets will dry out and split or crack or catch fire when you use them in the microwave oven.

Tightly Closed Containers
- Tightly closed cookware can explode. Be sure to leave an opening for steam to escape from covered cookware.

Brown Paper
- Avoid using brown paper bags. They absorb heat and could burn.

Metal Twist Ties
- Always remove metal twist ties as they can become hot and cause a fire.

TIPS FOR MICROWAVE COOKING

BROWNING
Meat and poultry with high fat content that are cooked for 10 or 15 minutes or longer will brown lightly. Foods cooked a shorter time can be brushed with a browning agent, such as Worcestershire sauce, soy sauce, or barbecue sauce.

COVERING
A cover traps heat and steam and causes the food to cook more quickly. Use a lid or microwave-safe plastic wrap with one corner folded back to vent the excess steam. Lids on glass casseroles can become hot during cooking. Handle carefully. Waxed paper will prevent the food from splattering in the oven and help retain heat. When warming bread items, use waxed paper, napkins, or paper towels. To absorb extra moisture, wrap sandwiches and fatty foods in paper towels.

SPACING
Arrange individual foods, such as baked potatoes, cupcakes, and hors d'oeuvres in a circle and at least 1 inch apart. This will help the food cook more evenly.

STIRRING
Stirring blends flavors and redistributes the heat in foods. Always stir from the outside toward the center of the dish. Food at the outside of the dish heats first.

TURNING
Large foods, such as roasts and whole poultry, should be turned so that the top and bottom cook evenly. Also turn over chicken pieces and chops.

ARRANGEMENT
Do not stack food. Arrange in a single layer in the dish for more even cooking. Because dense foods cook more slowly, place thicker portions of meat, poultry, fish, and vegetables toward the outside of the dish.

TESTING FOR DONENESS
Because foods cook quickly in a microwave oven, you need to test frequently for doneness.

STANDING TIME
Depending on density, food often needs to stand from 2 to 15 minutes after working finished. Standing time can be made both inside and outside of the oven. Outside of oven, you usually need to cover food during standing time to retain heat. Remove most foods when they are slightly undercooked and they will finish cooking during standing time. The internal temperature of food will rise about 10 °F during standing time.

SHIELDING
To prevent some portions of rectangular or square dishes from overcooking, you may need to shield them with small strips of aluminum foil to block the microwaves. You can also cover poultry legs and wing tips with foil to keep them from overcooking. **Always keep foil at least 1 inch from oven walls** to prevent arcing.

PIERCING
Pierce the shell, skin, or membrane of foods before cooking to prevent them from bursting. Foods that require piercing include yolks and whites of eggs, hot dogs, clams, oysters, and whole vegetables, such as potatoes and squash.

CLEANING

Wipe the oven inside and outside with a soft cloth and a mild detergent solution. Then rinse and wipe dry. This should be done weekly or more often, if needed. Never use cleaning powders or rough pads. Excessive oil splatters on the inside top will be difficult to remove if left for many days. Wipe splatters with a wet paper towel, especially after cooking chicken or bacon.

REMOVABLE PARTS
The turntable and turntable roller rest are removable. They should be hand-washed in warm (not hot) water with a mild detergent and a soft cloth. Once they are clean, rinse well and dry with a soft cloth. Never use cleaning powders, steel wool, or rough pads.

- The turntable may be cleaned at the sink. Be careful not to chip or scratch the edges as this may cause the turntable to break during use.
- The turntable roller rest should be cleaned regularly.

SPECIAL CARE
For best performance and safety, the inner door panel and the oven front frame should be free of food or grease buildup. Wipe often with a mild detergent; then rinse and wipe dry. Never use cleaning powders or rough pads.

After cleaning the control panel, touch STOP/CLEAR to clear any entries that might have been entered accidentally while cleaning the panel.

CLOCK

Example: To set the clock for 10:30(AM).

Touch:	Display Shows:
1. STOP clear	0
2. clock	12:00
3. 	10:30
4. 	10:30

NOTE: This is a 12 hour clock.

KITCHEN TIMER

Your microwave oven can be used as a kitchen timer. You can set up to 99 minutes, 99 seconds.

Example: To set 3 minutes.

Touch:	Display Shows:
1. kitchen timer	0
2. 3 0 0	3:00
3. START	3:00 time counting down.

CHILD LOCK

You can use this safety feature to lock the control panel so that children cannot use the oven when you do not want them to and when you are cleaning the oven.

To set CHILD LOCK:

Touch:		Display Shows:
1. 		Time of day.
2. 	Touch and hold until "L" appears in the display. (approximately 4 seconds)	L

To cancel CHILD LOCK:

Touch:		Display Shows:
1. 	Touch and hold until "L" disappears from the display. (approximately 4 seconds)	Time of day.

ENGLISH

ADD MINUTE

A time-saving pad, this simplified control lets you quickly set and start microwave cooking at 100% power without the need to touch START.

Example: To cook for 2 minutes.

Touch:		Display Shows:
1. 		Time of day.
2. add minute	Twice	Time counting down and power 100

NOTE: If you touch **ADD MINUTE**, it will add 1 minute up to 99 min 59 seconds.

TIMED COOKING

This feature lets you program a specific cook time and power. For best results, there are 10 power level settings in addition to HIGH power (100%). Refer to the "Microwave Power Level Table" on page 11 for more information.

NOTE: If you do not select a power level, the oven will automatically cook at HIGH (100%) power.

Example: To cook for 5 minutes, 30 seconds at 80% power.

Touch:	Display Shows:
1. cook time	0
2. 5  	5:30
3. power	P-HI
4. 8	P-80
5. START	5:30

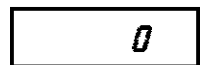
6. At the end of cooking time, 2 short tones and 1 long tone will sound.

MULTI-STAGE COOKING

For best results, some recipes call for different cook powers during different stages of a cook cycle. You can program your oven to switch from one power level to another for up to 3 stages.

Example: To set a 3-stage cook cycle with standing time.

Touch: | **Display Shows:**

1.   Display: 0

2.  to set a 3 minute cook time for first stage.  Display: 3:00

3.  Display: P-HI

4. to set an 80% cook power for the first stage. Display: P-80

5.   Display: 0

6.   to set a 7 minute cook time for the second stage. Display: 7:00

7.  Display: P-HI

8. to set an 50% cook power for the second stage. Display: P-50

9.   to set a 5 minute standing time for the third stage. Display: 5:00

10.  Display: P-HI

11. to set a 0% cook power for the third stage. Display: P- 0

12.  Display: 3:00

13. When each cooking stage is over, you will hear two short tones as the oven begins the next stage.

14. At the end of the cooking time, 2 short tones and 1 long tone will sound. Display: End

MICROWAVE POWER LEVELS

Your microwave oven has 10 cook power levels to let you cook or heat a wide variety of foods. Refer to the table below for suggestions:

Microwave Power Level Table

Power Level	Use
10 (High)	• Boiling water. • Making candy. • Cooking poultry pieces, fish, & vegetables. • Cooking tender cuts of meat. • Whole poultry.
9	• Reheating rice, pasta, & vegetables.
8	• Reheating prepared foods quickly. • Reheating sandwiches.
7	• Cooking egg, milk, & cheese dishes. • Cooking cakes, breads. • Melting chocolate.
6	• Cooking veal. • Cooking whole fish. • Cooking puddings & custard.
5	• Cooking ham, whole poultry, & lamb. • Cooking rib roast, sirloin tip.
4	• Thawing meat, poultry, & seafood.
3	• Cooking less tender cuts of meat. • Cooking pork chops, roast.
2	• Taking chill out of fruit. • Softening butter.
1	• Keeping casseroles & main dishes warm. • Softening butter & cream cheese.
0	• Standing time.

QUICK TOUCH COOKING

Use this function to cook food without entering a cook time or power. Refer to the Quick Touch Cook Table below for more information.

Example: To cook a 3.5oz. bag of microwave popcorn.

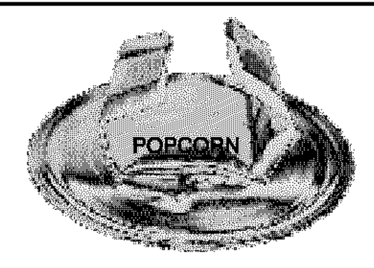
Touch:	Display Shows:
1. popcorn	3.5
2. The oven will start automatically.	Time counting down.
3. At the end of cooking time, 2 short tones and 1 long tone will sound.	End

Example: To cook 1 potato

Touch:	Display Shows:
1. potato	1
2. The oven will start automatically.	Time counting down.
3. At the end of cooking time, 2 short tones and 1 long tone will sound.	End

ONE TOUCH CONTROL TABLE

CATEGORY	TOUCH	SERVING SIZE	DIRECTIONS
Beverage	1 time 2 times	1 cup 2 cups	• 240ml per cup. • Use mug or microwave-safe cup. • Stir after reheating.
Potato	1 time 2 times 3 times 4 times	1 ea (8 oz.) 2 ea (16 oz.) 3 ea (24 oz.) 4 ea (32 oz.)	• 8-10 oz. per potato. • Place in center of the turntable tray on paper towel. • Pierce potato several times with fork. • After cooking, let stand for 5 minutes. • No cover.
Popcorn	1 time 2 times 3 times	3.5 oz. 3.0 oz. 1.75 oz.	• Follow package instructions. • Use popcorn package which is made especially for microwave cooking. • Do not try to pop unpopped kernels. • Heat only 1 package at a time. • Do not leave the microwave oven unattended while popping popcorn.



When popping prepackaged popcorn;
Place carefully so the bag does not touch the oven walls.
Fold each end of the bag in half toward the center top of the bag.

AUTO DEFROST

Three defrost sequences are preset in the oven.
The auto defrost feature provides you with the best defrosting method for frozen foods. The cooking guide will show you which defrost sequence is recommended for the food you are defrosting.
For added convenience, the Auto Defrost includes a built-in beep mechanism that reminds you to check, turn over, separate, or rearrange to get best defrost results. Three different defrosting levels are provided.

1 MEAT
2 POULTRY
3 FISH

*Available weight is 0.1~6.0 lbs.

NOTE:
When you touch the START pad, the display changes to defrost time count down. The oven will beep during the DEFROST cycle. At this time, open the door and turn, separate, or rearrange the food.
Remove any portions that have thawed.
Return frozen portions to the oven and touch START to resume the defrost cycle.

Example: To defrost 1.2 lbs of ground beef.

Touch:	Display Shows:
1. 	dEF1
2. 1 and 2 to enter the weight	1.2
3. START	Time counting down.
4. At the end of the defrost time, two short tones and one long tone will sound.	End

OPERATING TIPS

- For best results, remove fish, shellfish, meat, and poultry from its original closed paper or plastic package (wrapper). Otherwise, the wrap will hold steam and juice close to the foods, which can cause the outer surface of the foods to cook.
- Food should still be somewhat icy in the center when removed from the oven.
- For best results, shape your ground meat into the form of a doughnut before freezing. When defrosting, scrape off thawed meat when the beep sounds and continue defrosting.
- Place foods in a shallow container or on a microwave roasting rack to catch drippings.

AUTO DEFROST GUIDE

SEQUENCE	TOUCH AUTO DEFROST	FOOD	MIN./MAX.
MEAT	one time	• **BEEF** ....Ground beef, Cubes for stew, Pot roast, Rib roast, Rump roast, Chuck roast, Hamburger patty. • **LAMB** ....Rolled roast • **PORK** ....Hot dogs, Spareribs, Country-style ribs, Rolled roast, Sausage. • **VEAL** ....Cutlets (1lb., 1/2-inch thick)	0.1/6.0 lbs.
POULTRY	two times	• **POULTRY** ....Whole (under 4 lbs), Cut up Breasts (boneless) • **CORNISH HENS**...Whole • **TURKEY**.............Breast (under 6 lbs.)	0.1/6.0 lbs.
Fish	three times	• **STEAKS**..............Round steak, Tenderloin steak. • **CHOPS**................Lamb chops (1-inch thick), Pork chops (1/2-inch thick). • **FISH**....................Fillets, Steaks, Whole. • **SHELLFISH**.........Crab meat, Lobster tails, Shrimp, Scallops	0.1/6.0 lbs.

SOUPS AND SANDWICHES

A large variety of sandwich combinations can be made in your microwave oven. Because sandwiches heat quickly, be careful not to overcook them - the bread can become tough and chewy. Heat breads until warm, not hot, and cheese until it just begins to melt. Let the following tips guide you when adapting or creating your own sandwiches.

SANDWICH RECIPES

- Heat sandwiches on white paper towels or paper plates. To prevent splattering, as well as to absorb steam and prevent sogginess, you can wrap each sanwich in a paper towel. Remove wrapping immediately after warming. It takes less than 1 minute to heat most sandwiches. Heat on power level 8 (80%).
- Thinly sliced meat heats better than thickly sliced meat. The slower-cooking thick slices often cause the bread to overcook before the meat is hot.

SOUP RECIPES

- When cooking canned soups, remove from can. Use microwave-safe dish. Add milk or water as directed on can. Stir halfway through cooking time.
- Stir cream-style soup halfway through cooking time. Let stand, covered, 3 minutes before serving.

Cooking Guide - Canned Soups

Item	Amount	Power (%)	Approx. Cooking Time (minutes)
Broth	101/4 oz.(297ml)	8 (80)	5 - 6
Cream-Style	101/4 oz.(297ml)	8 (80)	8 - 9
Tomato	26 oz.(767ml)	8 (80)	9 - 10
Bean, Peas, or Mushroom	103/4 oz.(318ml)	7 (70)	10 - 11
Undiluted chunk-style vegetable	103/4 oz.(318ml)	8 (80)	4 - 5
	19 oz.(562ml)	8 (80)	7 - 9

Cooking Guide - Quick Dried Soups

Item	Amount (Number of Envelopes)	Power (%)	Approx. Cooking Time (minutes)
Cup of instant soup 11/4-ounce (37g) envelope	1	HI	4 - 5
	2	HI	5 - 6
	4	HI	7 - 9

VEGETABLES AND RICE

Directions for Cooking Vegetables

Fresh
Place vegetables in casserole. Add amount of water recommended in chart. Cover with lid or plastic wrap. Whole vegetables, such as potatoes, or eggplant should be pierced with a fork several times before cooking.
Halfway through cooking, stir, rearrange and/or turn vegetables over.
Let stand, covered, before serving.

Frozen
For 10-ounce (300g) package, place vegetables in 4 to 6 cup (1 or 1.5L) casserole.
Add amount of water according to package directions.
Cover with lid. Cook at HIGH 6 to 10 minutes, or until tender. Stir two-thirds the way through cooking.
Let stand, covered, before serving.

Fresh Vegetable Chart

VEGETABLE	AMOUNT	WATER	APPROX. COOKING TIME at HIGH (in minutes)
Asparagus, spears	1 lb (450g)	1/2 cup (125mL)	6 to 8
Beans, Green or Wax, cut into 11/2-in. (4cm) pieces	1 lb (450g)	1/2 cup (125mL)	10 to 12
Broccoli, cut in pieces	1 lb (450g)	1/2 cup (125mL)	7 to 8
Brussels Sprouts, fresh	10 oz. (300g)	1/4 cup (50mL)	7 to 8
Cabbage, wedges, fresh	1 lb (450g)	1/2 cup (125mL)	7 to 8
Carrots, sliced 1/2 - in. (1cm) thick	1 lb (450g)	1/2 cup (125mL)	7 to 8
Cauliflower, florets	1 lb (450g)	1/2 cup (125mL)	6 to 7
Eggplant, whole, fresh	1 lb (450g)	1/2 cup (125mL)	8 to 10
Leeks, whole, fresh	1 lb (450g)	1/2 cup (125mL)	10 to 12
peas, fresh	1 lb (450g)	1/2 cup (125mL)	8 to 10
Potatoes, whole, fresh	4 (8oz. ea.)	1/2 cup (125mL)	15 to 18
Spinach, fresh	1 lb (450g)	1/2 cup (125mL)	8 to 10
Turnips, cubed, fresh	1 lb (450g)	1/2 cup (125mL)	11 to 13

Cooking Guide - Rice

ITEM	CONTAINER	AMOUNT OF WATER	POWER (%)	APPROX.COOKING TIME (in minutes)	STAND TIME (in minutes)	SPECIAL NOTES
Rice* Flavored Rice Mix 6 oz (170g)	8 cup (2L) casserole	as package directs	7 (70)	15 to 30	10	Cover and heat water to a boil (5 to 7 min.). Add rice, salt and butter (amount of salt and butter as package directs). Cook covered, stir let stand, covered.
Long Grain 1 cup (250mL)	8 cup (2L) casserole	2 cups (500mL)	5 (50)	14 to 16	10	
Short Grain 1 cup (250mL)	8 cup (2L) casserole	2 cups (500mL)	5 (50)	10 to 12	10	

ENGLISH

MEATS, POULTRY AND FISH

Directions for Cooking Meats, Poultry and Fish

Use fresh or defrosted meats, poultry and fish. Wash poultry or fish before cooking.

Arrange small items in a single layer in dish. For best results, avoid overlapping edges of food, as this will prevent even cooking. Place thick sections toward edge of the dish. A rack in the cooking dish will elevate meat out of the juices.

Season as desired, but salt after cooking. Kitchen bouquet mixed with equal parts of butter will enhance the color of meats and poultry. Use spices and seasonings as desired.

Shield thin parts of meat (less meaty portions) or poultry (wings and legs) with aluminum foil to prevent overcooking. Shield poultry before cooking; shield meat halfway through cooking. Wooden toothpicks can be used to hold the foil in place.

Cook according to directions in chart. Small quantities of sauce will not alter the cooking time. Test for doneness before adding extra cooking time. Remove roasts from oven then check internal temperature in several places, using a microwave or conventional meat thermometer.

The thermometer should not touch bone or fat. If it does, the reading could be inaccurate. Generally, the lower temperatures in a roast are found in the center of the roast and in the muscle close to a large bone, such as a pork loin center rib roast.

DO NOT USE A CONVENTIONAL MEAT THERMOMETER IN THE MICROWAVE OVEN.

To test beef for doneness, cut into meat. Red color indicates rare, pink indicates medium and gray indicates well done.

Pork is done when meat is gray with clear juices. Whole poultry is done when juices are clea yellow and drumstick moves freely. Poultry pieces are cooked when juices are clear yellow.

Fish and seafood are done when opaque in color and flake easily when tested with a fork.

If foods are undercooked, return to oven for a short period of time at the recommended power level. Let stand for time recommended in chart. Roasts and whole birds should be tented with foil during stand time.

FOOD	POWER (%)	APPROX. COOKING TIME (in minutes)	STAND TIME (in minutes)	SPECIAL NOTES
Beef				Place meat in a shallow dish.
Hamburgers, Refrigerated				Cover loosely with waxed paper
4 oz ea. (120g)				to prevent spattering.
1	HIGH	2 1/2 to 2	2	Turn over halfway through
2	HIGH	3 to 4	2	cooking.
4	HIGH	5 to 7	2	
Hamburgers, Frozen				
4 oz ea. (120g)				
1	HIGH	5 to 6	2	Turn over and separate halfway
2	HIGH	7 to 8	3	through cooking.
4	HIGH	13 to 14	3	
Meat Loaf 1 1/2 lbs (675g)	5 (50)	23 to 25	5	Arrange in loaf dish. Cover with waxed paper.
Roasts, Tender 1 lb (450g)				
Rare	8 (80)	12 to 14	10 to 15	Place in a square dish.
Medium		14 to 16	10 to 15	Cover with waxed paper.
Well		18 to 20	10 to 15	Shield halfway through cooking
			Tented with foil	and turn roast over if necessary. *Approx. temp. after stand Rare 130°F (55°C) Medium 140°F (60°C) Well 170°F (77°C)

FOOD	POWER (%)	APPROX. COOKING TIME (in minutes)	STAND TIME (in minutes)	SPECIAL NOTES
Pork Bacon, Slices 1 2 4	 HIGH HIGH HIGH	 1 1/2 to 2 2 to 2 1/2 3 1/2 to 4 1/2	 1 1 1	Use bacon rack or line bottom of dish with paper towel. Place bacon on paper towel. Cover loosely with another paper towel to prevent spattering.
Chops, Loin 1/2-inch (1cm) thick 1 2 Chops, Rib 1/2-inch (1cm) thick 1 2 4	 HIGH HIGH HIGH HIGH HIGH	 3 1/2 to 4 1/2 8 to 8 1/2 3 1/2 to 4 5 1/2 to 6 9 1/2 to 10	 2 5 2 5 5	Place in a shallow dish. Cover loosely with waxed paper to prevent spattering. Turn over halfway through cooking time.
Wieners 1 2 4	 HIGH HIGH HIGH	 1/2 to 1 1 to 1 1/2 1 3/4 to 2 1/2	 1 1 1	Score before cooking.
Ham, fully cooked Canned 3 lbs (1.3kg) *Approx. temp. after stand 120°F to 130°F (50°C to 55°C)	5 (50)	10 to 12	10	Shield edge of ham with strip of foil. Place on roasting rack. Cover with waxed paper. Turn over halfway through cooking.
Ham, Slice 1-inch (2.5cm) Thick per 1 lb (450g)	HIGH	11 to 13	5	Place in a shallow dish. Cover with waxed paper. Turn over halfway through cooking.
Pork Roast per 1-lb (450g) * Approx. temp. after stand 170°F to 175°F (77°C to 79°C)	5 (50)	17 to 19	10 to 15	Cook in a covered casserole or cover with plastic wrap.

ENGLISH

MEATS, POULTRY AND FISH

FOOD	POWER (%)	APPROX. COOKING TIME (in minutes)	STAND TIME (in minutes)	SPECIAL NOTES
Sausage Links, frozen (precooked brown and serve)				
2	HIGH	3 to 4	1	Pierce before cooking.
4	HIGH	4 to 5	1	
Sausage Links, fresh 1 to 2 oz (30-60g) each				Pierce before cooking.
2	HIGH	4 to 6	1	Cover with plastic wrap.
4	HIGH	5 to 7	1	Turn over once.
Lamb				
Chops, Shoulder 1/2-inch (1cm) thick				Arrange in a shallow dish.
1	HIGH	3 to 4	2	Cover loosely with waxed paper
2	HIGH	7 to 8	5	to prevent spattering.
Poultry per 1 lb (450g)	HIGH	10 to 12	10	Place on a roasting rack in a dish. Cover with plastic wrap or lid.
Chickens 4 lbs (up to 1. 8kg)	HIGH	17 to 20	10 Tented with foil	
Chicken Pieces 2 lbs (up to 900g)	HIGH	9 to 11	5	Arrange skin-side up in shallow baking dish, meatier portions toward edge of dish. Cover with plastic wrap or lid.
Fish or Seafood				
Fish Fillets 3/4 lb (350g)	HIGH	7 to 9	3	Arrange in a single layer in dish.
Fish Steaks 2 [6 oz (170g)each]	5 (50)	8 to 10	5	Cover with waxed paper. Rearrange or stir shrimp or
Scallops 1lb (450g)	7 (70)	11 to 12	3	scallops halfway through cooking.
Shrimp, medium size 1lb (450g) (shelled and cleaned)	7 (70)	10 to 11	3	
Whole fish 11/2 to 13/4 lbs	HIGH	9 to 10	5	

BAKED GOODS AND DESSERTS

ENGLISH

CONVERTING RECIPES

When adapting "quick bread" recipes, you will find it necessary to reduce the amount of leavening (baking powder or soda) by about one-quarter the normal amount. A bitter aftertaste is apparent if too much leavening is used in biscuits or muffins.

Since food rises higher in the microwave oven, you will not see a loss in volume from the reduction of soda or baking powder.

If a recipe contains buttermilk or sour cream, do not change the amount of soda, since it serves to counteract the sour taste as well as leavening agent.

When using a mix where leavening cannot be reduced, allow the dough to stand about 10 minutes before cooking in order for some of the gas to be lost. Otherwise observe the following guidelines.

- Breads and rolls should be reheated only until they are warm to the touch. Overheating or overcooking makes bread tough and rubbery.

Cooking / Reheating Guide

ITEM	POWER (%)	APPROX. COOKING/ REHEATING TIME	SPECIAL NOTES
Hamburger buns, hot dog rolls frozen: 1 lb (450g) Room temp: 1 2 4	 5 (50) 5 (50) 5 (50) 5 (50)	 1 - 2 min. 5 - 10 sec. 10 - 15 sec. 15 - 20 sec.	Place on paper plate or wrap in paper towel.
Doughnuts, 1 sweet rolls, 2 muffins 4	5 (50) 5 (50) 5 (50)	10 - 15 sec. 20 - 25 sec. 35 - 40 sec.	Place on paper plate or towel. Add 15 seconds if frozen.
Whole coffee cake, Frozen:10-13 oz(280-370g) Room temp.:10-13 oz (280-370g)	 5 (50) 5 (50)	 1 1/2 - 2 min. 1 - 1 1/2 min.	Place on paper plate or towel.
French bread, Frozen: 1 lb (450g) Room temp.:1 lb (450g)	 5 (50) 5 (50)	 1 1/2 - 2 min. 20 - 30 sec.	Place on paper plate or towel.

ITEM	AMOUNT OF BATTER	DISH	COOKING POWER AND TIME (in minutes) FIRST STAGE	SECOND STAGE	STAND TIME	SPECIAL NOTES
Butter Cake: Single layer or half of prepared mix	2 1/4 cups (550mL)	8 to 9-inch (20 to 23cm) round dish	5 (50) 10 min.	HIGH 3 to 4 min.	10 min.	Place on inverted pie plate.
Brownies	2 cups (500mL)	8 to 9-inch (20 to 23cm) round dish	5 (50) 12 to 14 min.	——	Cool with waxed paper.	Cover with waxed paper. Place on inverted pie plate.
Bar Cookies	1 1/2 cups (400mL)	8 to 9-inch (20 to 23cm) round dish	5 (50) 10 min.	HIGH 2 to 3 min.	Cool completely.	Cover with waxed paper during 1st stage.
Muffins large size	1/4 cup (50mL) each	1 2 6	7 (70) 40 to 60sec. 2 to 3 min. 6 to 7 min.	——	——	——

QUICK TOUCH COOK CHART

Category	Serving	Quantity	Direction
FROZEN ENTREE	1 Serving	10oz.(280g)	Remove package from wrapper. Follow 1 package instructions for microwaving. Place entree on a microwave plate. Cover tightly with wax paper. Examples of one frozen dinner are Lasagna with Meat Sauce, Chicken with Rice and Sliced Turkey Brease with Rice.
VEGETABLE	1 cup	8 oz.(230g) Vegetables and 2 tbsp water	Cover with microwave safe, plastic wrap.
	2 cups	16 oz.(454g) Vegetables and 1/4 cup water	Cover with microwave safe, plastic wrap.
	3 cups	24 oz.(680g) Vegetables and 1/3 cup water	Cover with microwave safe, plastic wrap.
	4 cups	32 oz.(900g) Vegetables and 1/2 cup water	Cover with microwave safe, plastic wrap.
	Note : Fresh vegetable weight is after peeling, trimming, slicing, etc.		Prepare vegetable(wash, cut-up vegetables into 1/2-inch (1"-2.5cm) slices or pieces.). Place in microwave safe bowl or casserole. Add water. Cover. Most vegetables benefit from 2 to 3 minutes standing time after cooking.
POTATO	1	10oz.(280g)	Wash and scrub well. Pierce with work. Place on microwave safe rack or paper towel in a circle 1"(2.5cm) apart. Let stand 3 to 5 minutes after cooking.
	2	20oz.(560g)	
	3	30oz.(840g)	
	4	40oz.(1120g)	
POPCORN	1	3.5oz. (100g)	Place bag on turntable. Follow manufacturer's instructions.
	2	3.0oz. (85g)	
	3	1.75oz. (50g)	

QUICK TOUCH COOK CHART

Category	Serving	Quantity	Direction
Food Plate	Plate of Food (Refrigerated, precooked food)	1 serving (8oz-230g)	Use a microwave safe plate. Cover tightly with max paper. Use one plate for 1-2 servings.
		2 servings (16oz-454g)	Examples of one serving for a Plate of Food: 1 chicken breast, (4 oz-115g), 1/4 cup vegetables, 1/4 cup mashed potatoes or (4 oz-115g) precooked meatloaf, 1/4 cup cooked vegetables.
Beverage	Coffee/Tea (Refrigerated Temp.)	1 cup (8oz-230mL)	No cover. Use uncovered microwave safe cup(s) or mug(s). Stir after reheating.
		2 cups (16 oz-454mL)	

ENGLISH

TROUBLESHOOTING

Questions and Answers

Operation

Question	Answer
Why is the oven light not on during cooking?	There may be several reasons why the oven light is not on. Have you: • Set a cooking time? • Touched START?
Why does steam come out of the air exhaust vent?	Steam is normally produced during cooking. The microwave oven has been designed to vent this steam.
Will the microwave oven be damaged if it operates empty?	Yes. Never operate the oven empty or without the glass turntable.
Does microwave energy pass through the viewing screen in the door?	No. The metal screen bounces the energy back to the oven cavity. The holes (or ports) allow only light to pass through. They do not let microwave energy pass through.
Why does a tone sound when a pad on the control panel is touched?	The tone tells you that the setting has been entered.
Can my microwave oven be damaged if food is cooked for too long?	Like any other cooking appliance, it is possible to overcook food to the point that the food creates smoke and even possibly fire, and damage to the inside of the oven. It is always best to be near the oven while you are cooking.
When the oven is plugged into wall outlet for the first time, it might not work properly. What is wrong?	The microcomputer controlling your oven may temporarily become scrambled and fail to function as programmed when you plug in for the first time or when power resumes after a power interruption. Unplug the oven from the 120 volt household outlet and then plug it back in to reset the microcomputer.
Why do I see light reflection around the outer case?	This light is from the oven light which is located between the oven cavity and the outer wall of the oven.
What are the various sounds I hear when the microwave oven is operating?	The clicking sound is caused by a mechanical switch turning the microwave oven's magnetron ON and OFF. The heavy hum and clunk is from the change in power the magnetron draws as it is turned ON and OFF by a mechanical switch.The change in blower speed is from the change in line voltage caused by the magnetron being turned ON and OFF.

Questions and Answers (continued)

Food

Question	Answer
What is wrong when baked foods have a hard, dry, brown spot?	A hard, dry, brown spot indicates overcooking. Shorten the cooking or reheating time.
Why do eggs sometimes pop?	When baking, frying, or poaching eggs, the yolk may pop due to steam build-up inside the yolk membrane. To prevent this, simply pierce the yolk with a wooden toothpick before cooking. **CAUTION:** Never microwave eggs in the shell.
Why are scrambled eggs sometimes a little dry after cooking?	Eggs will dry out when they are overcooked, even if the same recipe is used each time. The cooking time may need to be varied for one of these reasons: • Eggs vary in size. • Eggs are at room temperature one time and at refrigerator temperature another time. • Eggs continue cooking during standing time.
Why do baked apples sometimes burst during cooking?	The peel has not been removed from the top half of each apple to allow for expansion of the interior of the apple during cooking. As in conventional cooking methods, the interior of the apple expands during the cooking process.
Why do baked potatoes sometimes burn during cooking?	If the cooking time is too long, fire could result. At the end of the recommended cooking time, potatoes should be slightly firm. **CAUTION: Do not overcook.**
Why is a standing time recommended after microwave cooking time is over?	Standing time allows foods to continue cooking evenly for a few minutes after the actual microwave oven cooking cycle. The amount of standing time depends upon the density of the foods.

TROUBLESHOOTING

BEFORE CALLING FOR SERVICE

You can often correct operating problems yourself. If your microwave oven fails to work properly, locate the operating problem in the list below and try the solutions listed for each problem.
If the microwave oven still does not work properly, contact the nearest Sears Parts & Repair by calling 1-800-4-MY-HOME®. Sears Parts & Repair Centers are fully equipped to handle your service requirements.

Problem	Possible Causes
Oven does not start	• Is the power cord plugged in? • Is the door closed? • Is the cooking time set?
Arcing or Sparking	• Are you using approved cookware? • Is the oven empty?
Incorrect time of day	• Have you tried to reset the time of day?
Unevenly Cooked Foods	• Are you using approved cookware? • Is the glass turntable in the oven? • Did you turn or stir the food while it was cooking? • Were the foods completely defrosted? • Was the time/cooking power level correct?
Overcooked Foods	• Was the time/cooking power level correct?
Undercooked Foods	• Are you using approved cookware? • Were the foods completely defrosted? • Was the time/cooking power level correct?
Improper Defrosting	• Are you using approved cookware? • Was the time/cooking power level correct? • Did you turn or stir the food during the defrosting cycle?

FEDERAL COMMUNICATIONS COMMISSION RADIO FREQUENCY INTERFERENCE STATEMENT (U.S.A. ONLY)

WARNING:
This equipment generates and uses ISM frequency energy and if not installed and used properly, that is in strict accordance with the manufacturer's instructions, may cause interference to radio and television reception. It has been type tested and found to comply with limits for ISM Equipment pursuant to part 18 of FCC Rules, which are designed to provide reasonable protection against such interference in a residential installation.

However, there is no guarantee that interference will not occur in a particular installation. If this equipment does cause interference to radio or television reception, which can be determined by turning the equipment off and on, the user is encouraged to try to correct the interference by one or more of the following:

- Reorient the receiving antenna of the radio or television.
- Relocate the Microwave Oven with respect to the receiver.
- Move the microwave oven away from the receiver.
- Plug the microwave oven into a different outlet so that the microwave oven and the receiver are on different branch circuits.

The manufacturer is not responsible for any radio or TV interference caused by **unauthorized modification** to this microwave oven. It is the responsibility of the user to correct such interference.

NOTE

ENGLISH

CONTENIDO

GARANTÍA

GARANTÍA TOTAL POR UN AÑO

Por un año desde la fecha de compra, si este horno de microondas Kenmore falla debido a defectos de material o mano de obra, Sears lo reparará sin cargo.

GARANTÍA TOTAL POR CINCO AÑOS PARA EL GENERADOR DE MICROONDAS (MAGNETRÓN)

Por cinco años desde la fecha de compra, si el magnetrón de este horno de microondas Kenmore falla debido a defectos de material o mano de obra, Sears lo reparará sin cargo.

SERVICIO DE GARANTÍA

Para el servicio de garantía, regrese su horno microondas al Centro de Reparación & Partes Sears más cercano en los Estados Unidos. Para la localización del Centro de Reparación & Partes Sears más cercano, llame a 1-800-4-MY-HOME®.

Esta garantía se vacío si microonda se stumbrado para otra que privado familia propósito

Esta garantía es aplicable sólo mientras este producto se use en Estados Unidos.

Esta garantía le da derechos legales específicos y Ud. puede también tener otros derechos que pueden variar de un estado a otro.

Sears, Roebuck and Co., D/817WA
Hoffman Estates, IL., 60179, EEUU.

PRECAUCIONES PARA EVITAR LA POSIBLE EXPOSICIÓN A EXCESIVA ENERGÍA DE MICROONDAS...

- **No intente operar este horno con la puerta abierta,** ya que esto puede resultar en exposición nociva a la energía de microondas. Es importante no forzar la traba de seguridad.
- **No use el horno si está dañado.** Es particularmente importante que la puerta del horno cierre bien y que no haya daños en:
  - la puerta (torcida)
  - bisagras y seguros (rotos o flojos)
  - sellado de la puerta y superficies de sellado.
- **No ponga ningún objeto entre la cara frontal del horno y la puerta** y no permita que se acumule polvo o residuos de limpiadores sobre las superficies de sellado.
- **El horno no debe ser ajustado o reparado** por nadie, excepto personal de servicio calificado.

INSTRUCCIONES PARA CONEXIÓN A TIERRA

Este aparato electrodoméstico debe ser conectado a tierra. Si hay un corto circuito, la conexión a tierra reduce el riesgo de electrocución proveyendo un cable de escape para la corriente eléctrica. Este aparato electrodoméstico está equipado con un cable que tiene un alambre para conexión a tierra con un enchufe de conexión a tierra.

Ponga el enchufe en un tomacorriente que esté correctamente instalado y conectado a tierra.

⚠ PRECAUCIÓN ⚠

Si Ud. usa el enchufe con conexión a tierra en forma indebida, corre el riesgo de electrocutarse.

Consulte con un electricista calificado o con el Departamento de Servicios de Sears si Ud. no entiende las instrucciones para hacer la conexión a tierra o si quiere saber si el aparato electrodoméstico está correctamente conectado a tierra.

Este electrodoméstico tiene un cable corto para reducir el riesgo de que alguien se tropiece o enrede con el cable. Sea cuidadoso si usa un cable de extensión.

Si Ud. usa un cable de extensión asegúrese de lo siguiente:

- la extensión debe ser para el mismo voltaje que el electrodoméstico.
- el voltaje que figura en el cable de extensión debe ser igual o mayor que el del electrodoméstico.
- el cable de extensión debe tener enchufe de tres clavijas para conexión a tierra.
- el cable de extensión no debe colgar de una mesa o de la cubierta de un gabinete donde un niño pueda tirar del mismo o se pueda tropezar con él.
- el cable debe estar seco y no estar pellizcado o aplastado en ningún lugar.

NOTA: Este horno usa 13 amperios a 120 Voltios, 60Hz

INSTRUCCIONES IMPORTANTES DE SEGURIDAD

Las siguientes instrucciones de seguridad le indicarán cómo usar su horno para evitar daños a Ud. y a su horno.

PRECAUCIÓN – Para reducir el riesgo de quemaduras, electrocución, incendio, heridas a personas o exposición a energía de microondas excesiva:

1. **Lea todas las instrucciones antes de usar su horno.**
2. **¡No permita que los niños usen este horno sin supervisión!**
3. Lea y siga las **PRECAUCIONES PARA EVITAR LA POSIBLE EXPOSICIÓN A ENERGÍA DE MICROONDAS EXCESIVA** específicas que se detallan en la página 23.
4. **¡No toque los interruptores de seguridad embutidos en la puerta del horno!** El horno tiene varios interruptores de seguridad para asegurar que éste se apague cuando se abre la puerta.
5. **Cuando limpia la puerta y las superficies que tocan la puerta, use sólo jabones o detergentes suaves, no abrasivos y una esponja o paño suave.**
6. **Si su horno se cae o daña,** hágalo revisar por un técnico calificado antes de volverlo a usar.
7. **Para evitar peligro de incendio:**
   a) **No recocine los alimentos en exceso.** Se puede iniciar fuego en el horno.
   b) **No use productos de papel reciclado en el horno.** Éstos pueden contener partículas que se incendian.
   c) **No recocine las papas.** Esto puede causarfuego.
   d) **No guarde artículos combustibles** (pan, galletas, etc.) **en el horno,** porque si cae un rayo en las líneas eléctricas, puede hacer que el horno se prenda.
   e) **No use ataduras de alambre en el horno.** Asegúrese de quitarlas antes de poner el artículo en el horno.
   f) **No use la cavidad para guardar cosas.** No deje productos de papel, utensilios de cocina o comida en la cavidad cuando no está en uso.
8. **Si se prende fuego:**
   a) **Mantenga la puerta del horno cerrada.**
   b) **Apague el horno.**
   c) **Desconecte el enchufe, corte la corriente en el tablero eléctrico de fusibles o disyuntores.**
9. No use este horno para fines comerciales. Este horno de microondas es sólo para uso familiar.
10. Instale o ubique el electrodoméstico de acuerdo con las instrucciones para instalación provistas.
11. **Para evitar electrocución:**
    a) **Este electrodoméstico debe conectarse a tierra.** Conéctelo sólo a un tomacorriente debidamente debidamente conectado a tierra (Vea las **instrucciones para conexión a tierra** en la página 23).
    b) **No use el electrodoméstico si el cable o el enchufe están dañados,** si no funciona bien o si está dañado o se ha caído.
    c) **No sumerja el cable o el enchufe en agua.**
    d) **Mantenga el cable alejado de superficies calientes.**
    e) Este electrodoméstico debe ser revisado sólo por un técnico calificado.
12. Los líquidos como agua, café y té pueden calentarse más allá del punto de ebullición sin parecer que hierven debido a la tensión superficial del líquido. No siempre hay un burbujeo o hervor cuando se saca el contenedor del horno de microondas. Esto puede provocar que los líquidos muy calientes hiervan de repente si se introduce una cuchara u otro utensilio en el líquido. Para reducir el riesgo de lesiones personales: 1) No sobre caliente el líquido. 2) Mezcle el líquido antes y a la mitad del proceso de calentamiento. 3) No use contenedores con lados rectos y cuellos angostos. 4) Después de calentar, deje que el contenedor repose en el microondas por un momento antes de sacarlo. 5) Tenga mucho cuidado cuando introduzca una cuchara u otro utensilio en el contenedor.
13. Mantenga la bandeja de vidrio y el descanso del rodillo de la bandeja giratoria en el horno cuando está cocinando.
14. No use el horno al aire libre. No guarde el horno a la intemperie. No use este producto cerca del agua.
15. No cubra o bloquee ninguna abertura del horno.
16. No haga funcionar el horno cuando está vacío.
17. No deje que el cable cuelgue del borde de la mesa o de la cubierta del gabinete.
18. No caliente la bandeja giratoria excesivamente.
    - No cocine tocino directamente sobre la bandeja giratoria de vidrio.
    - No permita que la película gris especial de las bolsas para cocinar toquen la bandeja giratoria. Ponga el paquete sobre un plato para microondas.
    - Si usa un plato para dorar alimentos manténgalo $^3/_{16}$ pulgadas sobre la bandeja. Si se usa incorrectamente la bandeja se puede romper.
19. Tenga cuidado de no rasguñar o astillar los bordes de la bandeja giratoria. Rasguños o astillas pueden hacer que la bandeja se rompa durante el uso.

GUARDE ESTAS INSTRUCCIONES

ESPECIFICACIONES

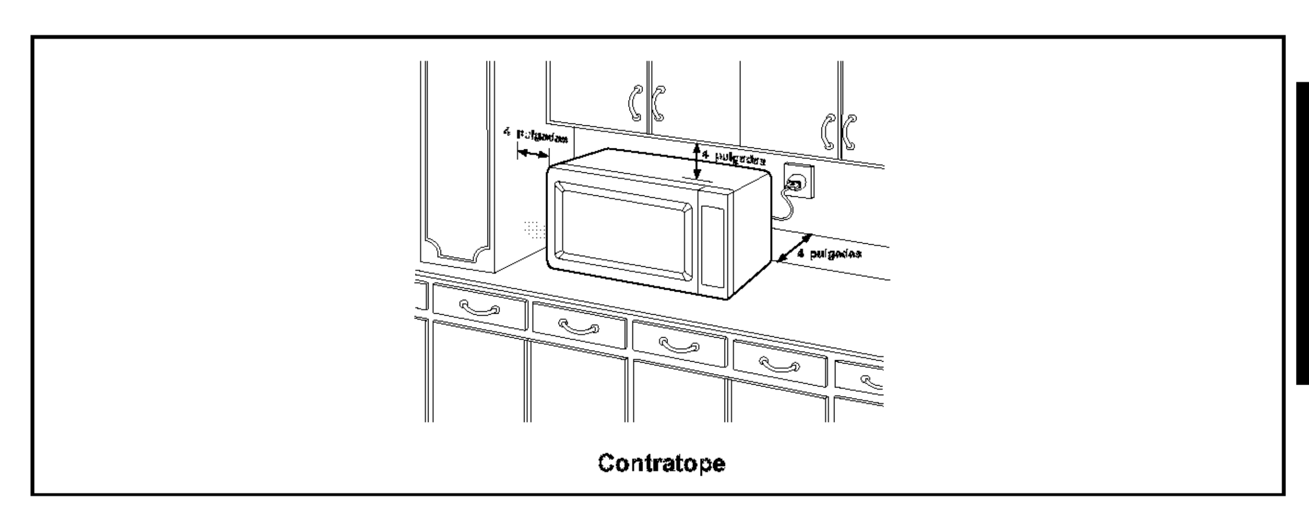
Suministro de electricidad	120 V AC, 60 Hz
Consumo de electricidad estimada	1200 W
Producción de microondas	800 W
Corriente estimada	10.5 A
Dimensiones totales (Ancho x alto x profundidad)	19" x 11 1/16" x 12 13/16"
Dimensiones de la cavidad del horno (A x a x p)	12 13/16" x 7 5/8" x 11 13/32"
Capacidad de la cavidad del horno	0.8 pie cúbico

* Norma estándar IEC 60705
Las especificaciones están sujetas a cambios sin previo aviso.

INSTALACIÓN

1. Saque su horno de microondas Kenmore y todo el material de empaque de la caja de embalaje.
2. Ponga el horno sobre una superficie nivelada que deje por lo menos 4 pulgadas de espacio a la izquierda, a la derecha, por encima y por atrás para una ventilación apropiada.
3. Ponga el descanso del rodillo de la bandeja giratoria en el círculo sobre el piso del horno y luego coloque la bandeja giratoria de vidrio encima del descanso del rodillo de la bandeja.

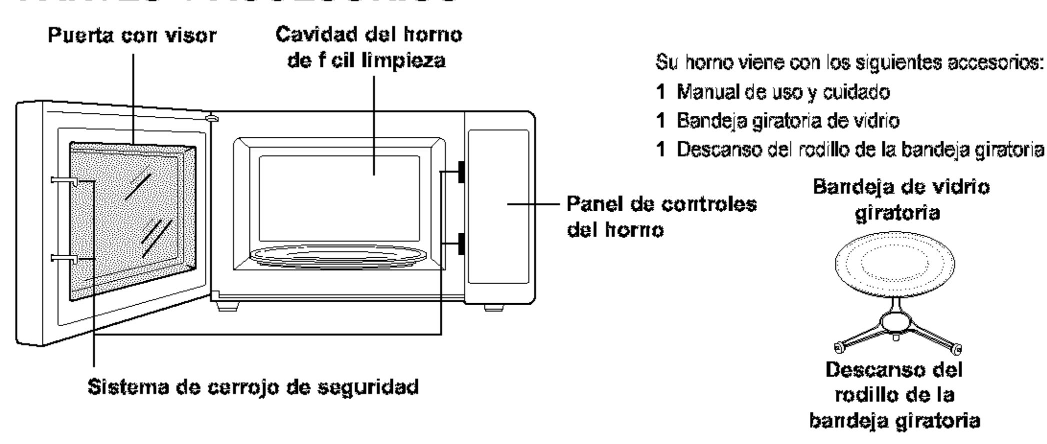
NOTA: Nunca ponga la bandeja giratoria de vidrio invertida dentro el horno. Si se bloquean los orificios de entrada o salida se puede dañar el horno.



Contratope

CÓMO ENTENDER SU HORNO DE MICROONDAS

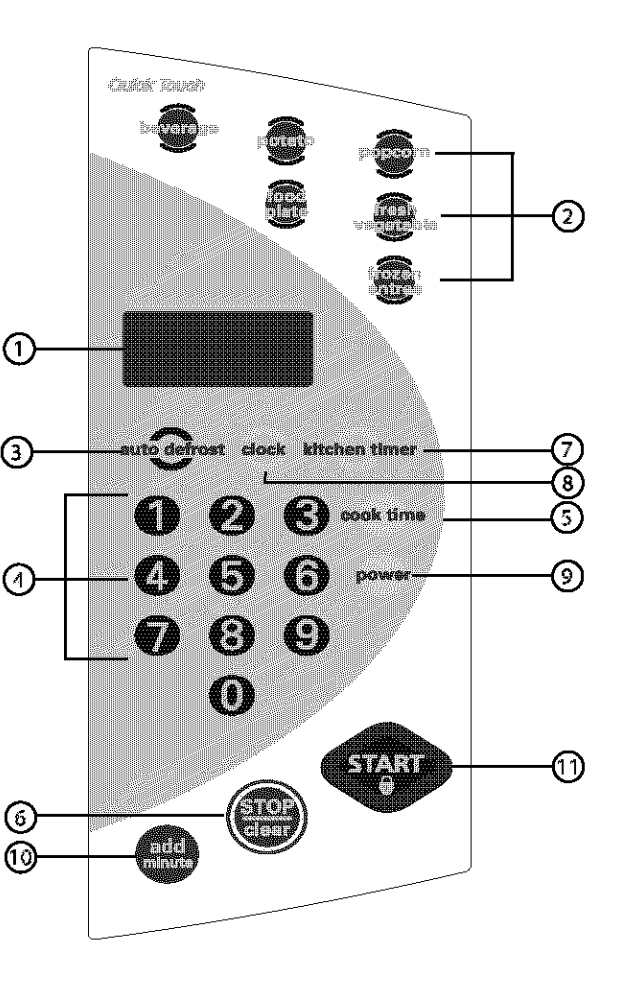
PARTES Y ACCESORIOS



Su horno viene con los siguientes accesorios:

1 Manual de uso y cuidado
1 Bandeja giratoria de vidrio
1 Descanso del rodillo de la bandeja giratoria

PANEL DE CONTROLES



1. **PANTALLA.** La pantalla incluye un reloj e indicadores que muestran la hora, los parámetros de tiempo de cocción y las funciones de cocción seleccionadas.
2. **EL TOQUE RÁPIDO.** Esta tecla permite cocinar la mayoría de sus alimentos preferidos sin tener que seleccionar tiempos de cocción y niveles de potencia.
3. **DESCONGELAMIENTO AUTOMÁTICO.** Esta tecla es un método preciso para descongelar carne, aves y pescado de hasta 4 kilogramos o 6 libras.
4. **TECLAS NUMÉRICAS.** Toque las teclas numéricas para indicar el tiempo de cocción, potencia, cantidades o peso.
5. **TIEMPO DE COCCIÓN.** Toque esta tecla para fijar un tiempo de cocción.
6. **PARO/BORRAR.** Toque esta tecla para detener el horno o para borrar datos.
7. **TEMPORIZADOR.** Toque esta tecla para usar su horno de microondas como un temporizador en la cocina.
8. **RELOJ.** Toque esta tecla para introducir la hora.
9. **POTENCIA.** Toque esta tecla para fijar un nivel de potencia de cocción.
10. **AGREGAR MINUTOS.** Toque esta tecla para cocinar a una potencia del 100% por 1 a 99 minutos, 59 segundos.
11. **INICIO.** Toque esta tecla para iniciar todas las funciones (excepto sensor de Toque rápido, Descongelamiento Express, Cocción automática y Agregar minutos, que inician automáticamente) y para activar o desactivar el Seguro para niños.

GUÍA DE COCCIÓN

La mayoria de los recipientes de cocina no metálicos resistentes al calor se pueden usar en su horno de microondas. Sin embargo, para probar los recipientes antes de usarlos, siga las siguientes instrucciones:

1. Coloque el recipiente vacío en el horno de microondas.
2. Mida 1 taza de agua usando una taza de vidrio para medir y póngala en el horno al lado del recipiente.
3. Prenda el horno de microondas al 100% de su intensidad durante 1 minuto. Si el recipiente está tibio **no debe** usarse para cocinar a microondas.

USAR

Vidrio a prueba de horno
- El vidrio tratado para ser usado en calor de gran intensidad incluye platos de uso general, platos para pan, pasteles o tortas, tazas para medir líquidos, cacerolas y recipientes sin molduras de metal.

Porcelana
- Tazones, tazas, platos y fuentes sin molduras metálicas pueden ser usados en el horno de microondas.

Plástico
- Cuando se usa película de plástico como tapa, asegúrese de que el plato sea lo suficientemente profundo para que el plástico no toque la comida. Cuando la comida se calienta, puede derretir el plástico donde lo toca.
- Coloque la película de plástico floja sobre el plato y asegúrela apretando el plástico contra los lados del plato.
- Ventile doblando una esquina del plástico. Esto permitirá que el exceso de vapor escape.
- Use platos plásticos, tazas, recipientes para congelador semi-rigidos y bolsas de plásticos **sólo para tiempos de cocción breves. Use con cuidado ya que el plástico se puede ablandar por el calor de la comida.**

Papel
- Toallas de papel a prueba de microondas, papel encerado, servilletas de papel y platos de papel sin bordes o diseños metálicos pueden usarse en su horno.
- Refiérase a la etiqueta del fabricante para usar cualquier producto de papel en el horno de microondas.

NO USAR

Utensilios de metal
- El metal no permite que las microondas lleguen al alimento y produce una cocción despareja. Evite el uso de brochetas metálicas, termómetros o bandejas de aluminio.
- Los utensilios metálicos pueden causar chispas por la descarga de corriente eléctrica. Esto puede dañar el horno de microondas.

Decoraciones de metal
- No use vajilla o platos con bordes metálicos o con bandas metálicas, etc.

Vajilla Centura
- La compañia Corning recomienda que no se use vajilla Centura y algunas tazas cerradas de Corelle para cocinar a microondas.

Papel de aluminio
- Evite el uso de hojas grandes de papel de aluminio ya que pueden afectar la cocción y causar chispas.
- Use trozos pequeños de papel de aluminio para proteger las patas y alas de aves.
- Mantenga el papel de aluminio por lo menos a 1 pulgada de las paredes y la puerta del horno de microondas.

Madera
- Los tazones de madera, tablas y canastos se secan y pueden partirse o quebrarse cuando Ud. los usa en el horno de microondas.

Recipientes cerrados herméticamente
- La vajilla hermética puede explotar. Asegúrese de dejar una abertura para que el vapor salga de la vajilla tapada.

Papel de estraza
- Evite el uso de bolsas de papel de estraza. Este absorbe calor y puede arder.

Ataduras de metal
- Siempre saque las ataduras de metal ya que pueden calentarse y causar incendio.

CONSEJOS PARA COCCIÓN CON MICROONDAS

DORADO

La carne y las aves con mucha grasa que se cocinan por 10 a 15 minutos o más se dorarán ligeramente. Los alimentos cocinados por menos tiempo se pueden pintar con una sustancia para que se doren, como salsa Worcestershire, salsa de soya o salsa para barbacoa.

TAPAS

Las tapas atrapan el calor y el vapor y los alimentos se cocinan más rápido. Use una tapa o película plástica para microondas con una esquina doblada para dejar salir el exceso de vapor. Las tapas de las cacerolas de vidrio se pueden calentar durante la cocción. Úselas con cuidado. El papel encerado evita que el alimento salpique el horno y ayuda a mantener el calor. Cuando caliente artículos de panadería use papel encerado, servilletas de papel o toallas de papel. Para absorber más humedad envuelva los emparedados y comidas grasosas con toallas de papel.

ESPACIAMIENTO

Ponga los alimentos individuales tales como papas, tortitas y hors d'oeuvres formado un círculo y por lo menos a una distancia de 1 pulgada entre ellos. Esto ayudará a que la comida se cocine en forma más pareja.

AGITACIÓN

La agitación mezcla los sabores y redistribuye el calor en los alimentos. Siempre revuelva desde el borde hacia el centro del plato. La parte de afuera se calienta primero.

ROTACIÓN

Los alimentos voluminosos, como asados o aves enteras deben darse vuelta para que la partes de arriba y de abajo se cocinen en forma pareja. También dar vuelta las piezas de pollo y las chuletas.

DISTRIBUCIÓN

No apile los alimentos. Distribuya en una sola capa en el plato para que se cocine en forma pareja. Como los alimentos más densos se cocinan más lentamente, ponga las porciones más gruesas de carne, aves, pescado y verduras en el borde del plato.

CÓMO PROBAR LA COCCIÓN

Como los alimentos se cocinan rápido en un horno de microondas, es necesario controlar con frecuencia si ya están cocidos.

TIEMPO DE REPOSO

Dependiendo de la densidad, los alimentos necesitan muchas veces reposar por unos 2 a 15 minutos después de sacarlos del horno.
En general es necesario tapar la comida durante el período de reposo para conservar el calor. Quite la mayoría de las comidas cuando están casi cocinadas y éstas se terminarán de cocinar durante el reposo. La temperatura interna de la comida se elevará unos 10°F durante el período de reposo.

PROTECCIÓN

Para prevenir que algunas porciones en platos rectangulares o cuadrados se recocinen, usted debe protegerlos con pequeñas tiras de papel de aluminio para bloquear las microondas. Usted también puede cubrir las patas de las aves y las puntas de las alas con papel de aluminio para evitar que se recocinen. **Siempre mantenga el papel de aluminio por lo menos a 1 pulgada de las paredes del horno** para evitar chispas.

PERFORACIÓN

Perfore la cáscara, piel o membrana de los alimentos antes de cocinarlos para evitar que estallen. Los alimentos que requieren perforación son: yemas y claras de huevo, salchichas, almejas, ostras y verduras enteras como papas y calabacitas.

LIMPIEZA

Limpie el horno por dentro y por fuera con un paño suave y detergente diluído. Luego enjuague y seque. Esto debe hacerse una vez por semana o más a menudo si es necesario. Nunca use polvos limpiadores o esponjas ásperas.
Las salpicaduras excesivas de aceite en el techo interior son difíciles de quitar si se dejan por muchos días. Limpie las salpicaduras con una toalla de papel mojada, especialmente después de cocinar pollo o tocino.

PARTES DESMONTABLES
La bandeja giratoria y el descanso del rodillo de la bandeja son desmontables. Estos deben lavarse a mano con agua tibia (no caliente) y detergente diluido usando un paño suave. Nunca use polvos limpiadores, lana de acero o esponjas ásperas.

- La bandeja giratoria se puede lavar en el fregadero. Tenga cuidado de no astillar o rasguñar los bordes ya que esto puede hacer que la bandeja se rompa durante el uso.
- El descanso del rodillo de la bandeja giratoria debe limpiarse con regularidad.

CUIDADO ESPECIAL
Para mejor funcionamiento y seguridad, el panel interno de la puerta y el marco frontal del horno deben estar libres de acumulación de alimentos o grasa. Limpie a menudo con detergente diluído; luego enjuague y seque. Nunca use polvos limpiadores o esponjas ásperas.

Después de limpiar el panel de controles, toque el botón "STOP/CLEAR" para borrar cualquier entrada de datos que se pudo haber hecho accidentalmente durante la limpieza del panel.

ESPAÑOL

CÓMO USAR SU HORNO DE MICROONDAS

RELOJ

Ejemplo: Para poner el reloj a las 10:30.

Toque:	La pantalla muestra:
1. STOP clear	0
2. clock	12:00
3. 1 0 3 0	10:30
4. START	10:30

NOTA: Este es un reloj de 24 horas.

TEMPORIZADOR

Su horno de microondas puede ser usado como un temporizador. Puede prefijar hasta 99 minutos, 99 segundos.

Ejemplo: Para fijarlo en 3 minutos.

Toque:	La pantalla muestra:
1. kitchen timer	0
2. 3 0 0	3:00
3. START	3:00 **TIMER** y tiempo en cuenta regresiva.

SEGURO PARA NIÑOS

Puede usar esta función de seguridad para bloquear el panel de control para que los niños no usen el horno sin autorización y cuando está limpiando el horno.

Para programar el seguro para niños:

Toque:		La pantalla muestra:
1. STOP clear		Hora del día.
2. START	Toque y sostenga hasta que aparezca "L" en la pantalla. (Aproximadamente 4 segundos)	L

Para cancelar:

Toque:		La pantalla muestra:
1. START	Toque y sostenga hasta que desaparezca "L" de la pantalla. (Aproximadamente 4 segundos)	Hora del día.

AGREGAR MINUTOS

Tecla de ahorro de tiempo. Este control simplificado le permite fijar e iniciar rápidamente la cocción a una potencia de 100% sin necesidad de tocar INICIO.

Ejemplo : Para cocinar por 2 minutos.

Toque:		La pantalla muestra:
1. 		Hora del día.
2. 	Dos veces	Cuenta regresiva y potencia 100.

NOTA: Si toque AGREGAR MINUTO, se agrega desde 1 minuto hasta 99 min 59 segundos.

COCCIÓN A TIEMPO PROGRAMADO

Este elemento le permite programar un tiempo y una intensidad de cocción. Para resultados óptimos hay 10 niveles de intensidad además de intensidad alta (HIGH) que es el 100%. Para más información referirse a la "Tabla de niveles de intensidad de microondas" en la página 30.

NOTA: Si Ud. no selecciona el nivel de intensidad, el horno cocinará automáticamente a 100% de intensidad (HIGH).

Ejemplo: Para cocinar por 5 minutos, 30 segundos a 80% de intensidad.

Toque:	La pantalla muestra:
1. 	0
2. 	5:30
3. 	P-HI
4. 	P-80
5. 	5:30

6. Al final del periodo de cocción, habrá dos sonidos cortos y uno largo. El horno se detendrá.

ESPAÑOL

COCCIÓN EN ETAPAS

Para resultados óptimos, algunas recetas necesitan intensidades de cocción diferentes en las distintas etapas del ciclo de cocción. Ud. puede programar su horno para que cambie de una intensidad a otra hasta en 3 etapas.

Ejemplo: Para programar un ciclo de cocción de 3 etapas.

Toque:	La pantalla muestra:
1. cook time	0
2. 3 0 0 para programar la primera etapa en 3 minutos.	3:00
3. power	P-HI
4. 8 para programar la intensidad al 80% en la primera etapa.	P-80
5. cook time	0
6. 7 0 0 para programar la segunda etapa en 7 minutos.	7:00
7. power	P-HI
8. 5 para programar la intensidad al 50% en la segunda etapa.	P-50
9. cook time	0
10. 5 0 0 para programar la segunda etapa en 7 minutos.	5:00
11. power	P-HI
12. 0 para programar la intensidad al 80% en la primera etapa.	P-0
13. START	3:00
14. Al final del periodo de cocción se escucharán dos sonidos cortos y uno largo.	
15. Al final del período de cocción se escucharán dos sonidos cortos y uno largo.	End

NIVELES DE INTENSIDAD DE LAS MICROONDAS

Su horno de microondas tiene 10 niveles de intensidad de cocción para permitirle cocinar o calentar una variedad de alimentos. En el siguiente tabla se muestran algunas sugerencias:

Tabla de nivel de intensidad de microondas

Nivel de intensidad	Uso
10 (High)	• Hervir agua. • Hacer caramelo. • Cocinar trozos de aves, pescado y verduras. • Cocinar trozos tiernos de carne. • Cocinar aves enteras.
9	• Recalentar arroz, pastas y verduras.
8	• Recalentar comidas preparadas rápidamente. • Recalentar emparedados.
7	• Cocinar platos a base de huevos, leche y queso. • Cocinar pasteles, pan. • Derretir chocolate.
6	• Cocinar ternera. • Cocinar un pescado entero. • Cocinar budines y natillas.
5	• Cocinar jamón, aves enteras, cordero. • Cocinar asado de costilla, puntas de filete.
4	• Descongelar carne, aves y mariscos.
3	• Cocinar cortes de carne menos tierna. • Cocinar chuletas de cerdo, asado.
2	• Quitarle el frío a las frutas. • Ablandar mantequilla.
1	• Mantener guisados y platos principales tibios. • Ablandar manteca y queso crema.
0	• Tiempo de reposo.

COCCIÓN POR CONTACTO RÁPIDO

Use esta función para cocinar alimentos sin necesidad de fijar el tiempo de cocción o la intensidad. Para más información lea la "Tabla de cocción por contacto rápido" que se muestra a continuación.

Ejemplo: Para cocinar una bolsa de 3.5 oz. de palomitas de maíz para microondas.

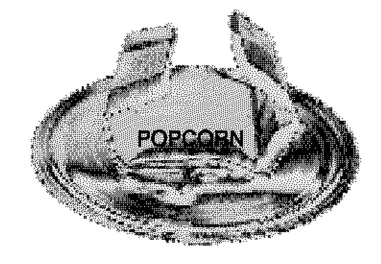
Toque:	La pantalla muestra:
1. popcorn	3.5
2. El horno comenzará a funcionar automáticamente.	Cuenta regresiva.
3. Al final del periodo de cocción, habrá dos sonidos cortos y uno largo. El horno se detendrá.	End

Ejemplo: Para cocinar 1 papas.

Toque:	La pantalla muestra:
1. potato	1
2. El horno comenzará a funcionar automáticamente.	Cuenta regresiva.
3. Al final del periodo de cocción, habrá dos sonidos cortos y uno largo. El horno se detendrá.	End

TABLA PARA COCCIÓN POR CONTACTO RÁPIDO

CORTE	TOQUE	PORCIÓN	INSTRUCCIONES
Beverage (Bebidas)	1 vez 2 veces	1 taza 2 tazas	• Use una taza o vaso para microondas. • Revuelva después de recalentar.
Potato (Papas)	1 vez 2 veces 3 veces 4 veces	1 ea (8 oz.) 2 ea (16 oz.) 3 ea (24 oz.) 4 ea (32 oz.)	• Colóquelas en el centro del horno sobre una toalla de papel. • Pique la papa varias veves con un tenedor. • Luego de cocinar deje reposar por 5 minutos.
Popcorn (Palomitas de maíz)	1 vez 2 veces 3 veces	3.5 oz. 3.0 oz. 1.75 oz.	• Siga las instrucciones del paquete. • Use palomitas especiales para microondas. • No trate de hacer reventar los granos de maíz que no han reventado. • Caliente un sólo paquete por vez. • No deje el horno descuidado mientras hace palomitas de maíz



Cuándo pinchar las palomitas de maíz de prepackaged; Coloque detenidamente tan la bolsa no toca paredes de horno. Doble cada fin de la bolsa en la mitad hacia la cima central de la bolsa.

ESPAÑOL

DESCONGELAMIENTO AUTOMÁTICO

Se presentan 3 secuencias de DESCONGELACIÓN RÁPIDA en el horno. La característica le provee el mejor método de descongelación de alimentos congelados. La guía de la cocina le mostrará que secuencia es recomendada para el alimento que está descongelando.
Para agregar conveniencias, el Auto Descongelación incluye un mecanismo de pitidos incorporados que le recuerda revisar, girar, separar o reajustar.
Se provee tres diferentes niveles de descongelación.

1. CARNE
2. AVES
3. PESCADO

- Peso disponible es de 0,1 ~ 6,0 libras.

NOTA :
Al tocar el botón de START, la pantalla cambia al tiempo de descongelación en cuenta regresiva. El horno pitará dos veces durante el ciclo de DESCONGELACIÓN. EN cada pitido, abra la puerta y gire, separe, o reajuste el alimento.
Saque todas las porciones que se hayan descongelado. Vuelva a poner las porciones congeladas en el horno y toque "START" para continuar el ciclo de descongelación.

LAS PUNTAS OPERADORAS

- Para óptimos resultados: Saque el pescado, mariscos, carne y aves de su envoltura original o paquete de plástico. De lo contrario, la envoltura mantendrá el vapor y los jugos cerca del alimento, lo cual puede causar que la superficie se cocine.

Ejemplo : Para descongelar 1.2 lbs. de carne molida.

Toque:	La pantalla muestra:
1. auto defrost	dEF I
2. 1 y 2 para escribir el peso	1.2
3. START	Cuenta regresiva y DESCONGELAR.
4. Al final del período de cocción se escucharán dos sonidos cortos y uno largo.	End

- Para los mejores resultados, acomode su carne entera dentro de la forma de un buñuelo antes de congelar. Al descongelar, raspe la carne derretida cuando suene el pitido y continúe descongelando.
- Ponga los alimentos en recipientes que no son profundos o en una bandeja para asar a microondas para que junte lo que gotea.
- Los alimentos deben estar todavia frios en el centro cuando los saca del horno.

TABLA DE DESCONGELAMIENTO AUTOMÁTICO

SECUENCIA	TOQUE	ALIMENTO	CANTIDAD
CARNE	1 VEZ	**RES**............ Carne molida, filetes, cubos para estofado, asado (distintos cortes), asado de costilla, hamburguesa. **CORDERO**............ Chuletas (1 pulgada de espesor), asado **CERDO**............ Chuletas, hotdog, costillar, asado, chorizos **TERNERA**............ Chuletas (1 lb, 1 /2 pulgada de espesor)	0.1/6.0 lbs
AVES	2 VECES	**AVES**............ Enteras (menos de 4 lbs.), cortes, pechugas (sin hueso) **GALLINITA DE CORNUALLES**............ Entera **PAVO**............ Pechuga	0.1/6.0 lbs
PESCADO	3 VECES	**BISTECS / PICADAS**... Bistec circular, Bistec Tenderloin Picadas de cordero (1 pulgada de grueso). Picadas de cerdo (1 pulgada de grueso) **PESCADO**............ Filetes, rebanadas **MARISCOS**............ Carne de cangrejo, colas de langosta, camarones, callo de hacha (vieiras).	0.1/6.0 lbs

Sopa y bocadillo

Muchos tipos de bocadillos se puede cocinar en su horno de microondas,porque para cocinar los bocadillos necesita levantar rapidamente la temperatura,pero no puede sobrepasar la temperatura,si no el pan va a ser duro.mejor la temperatura hasta el queso se funde.la manera de cocinar bocadillos.

Manera de cocinar bocadillos

- ¡Calenta los bocadillos sobre la toalla de papel o plato de papel,para que absorber el vapor y no se moja el plato de papel,se puede envolver el bocadillo con la toalla de papel,despues de calentar el bocadillo le quita el papel en seguida. la mayor parte de bocadillos se calentan menos de 1 minuto poniendo en escala octava(80%).
- Lonjas delgadas de carne se calentan más fácil que las gruesas.las gruesas necesitan más tiempo para calentar,y el carne no se calente el pan ya habra sobrepasado.

Manera de cocinar la sopa

- Cuando calenta la sopa de conservas bota la sopa al plato especial de horno de microondas, agrega leche y agua según indicados de conservas,durante el calentamiento mescla una vez la sopa.
- Durante cocina la sopa leche y manteca mescal una vez y se guarda 3 minutos tapado el plato antes de comer.

Guía de cocinar la sopa de conservas

Alimentos	Aantidad	Escala (%)	Tiempo de calentar (minuto)
Caldo	101/4 oz.(297ml)	8 (80)	5 - 6
Sopa de leche y manteca	101/4 oz.(297ml)	8 (80)	8 - 9
Sopa de tomate	26 oz.(767ml)	8 (80)	9 - 10
Sopa de frijol,guisante y champiñón	103/4 oz.(318ml)	7 (70)	10 - 11
Sopa de vegetal petazo	103/4 oz.(318ml)	8 (80)	4 - 5
	19 oz.(562ml)	8 (80)	7 - 9

Guía de cocinar la sopa tensa

Alimentos	Cantidad (bolsa)	Escala (%)	Tiempo de calentar (minuto)
Un vaso de sopauna bolsa 1.25 onzas (37 g)	1	HI	4 - 5
	2	HI	5 - 6
	4	HI	7 - 9

ESPAÑOL

Vegetales y arroz

Instrucción de cocinar vegetales

Vegetales frescos:
Ponen los vegetales en plato de cocinar,aumenta el agua según la lista indcada,con tapa o vuelto lamina plástica.patata o berenjena,los vegetales enteros,antes de cocinar hay que pincharlos con tenedor.durante cocina mescla o vuelve una vez, antes de comer se guarda tapado.

Vegetales congelados:
Una bolsa de 10 onzas(300 g) de vegetales congelados poniendo en un plato de 1-1.5 litros, y asumando el agua según indicados en bolsa. tapado el plato,calenta en escala high 6-10 minutos,durante cocinar mescla una vez los vegetales,se guarda tapado el plato antes de comer.

Vegetales frescos

Vegetal	Cantidad	Agua	Tiempo de calentar en escala HIGH(minutos)
Yemas de esparragos	1 lb (450g)	1/2 vaso (125mL)	6 ~ 8
Frijoles petazos de 1.25 pulgadas(4cm)	1 lb (450g)	1/2 vaso (125mL)	10 ~ 12
Colinabo,petazos	1 lb (450g)	1/2 vaso (125mL)	7 ~ 8
Colinabo entero	10 oz. (300g)	1/4 vaso (50mL)	7 ~ 8
Col,petazo cuadrado	1 lb (450g)	1/2 vaso (125mL)	7 ~ 8
Lonja zanahoria, 1 pulgada(1cm)	1 lb (450g)	1/2 vaso (125mL)	7 ~ 8
Coliflor,patazos	1 lb (450g)	1/2 vaso (125mL)	6 ~ 7
Berenjena entrero	1 lb (450g)	1/2 vaso (125mL)	8 ~ 10
Puerro entero	1 lb (450g)	1/2 vaso (125mL)	10 ~ 12
Guisante	1 lb (450g)	1/2 vaso (125mL)	8 ~ 10
Patata entero	4 (8oz. ea.)	1/2 vaso (125mL)	15 ~ 18
Espinaca	1 lb (450g)	1/2 vaso (125mL)	8 ~ 10
Nabo,petazos	1 lb (450g)	1/2 vaso (125mL)	11 ~ 13

Arroz

Arroz	Recipiente	Agua	Escala (%)	Tiempo de calentar(minuto)	Tiempo de espera(minuto)	Nota
Arroz de sabor, 6 onzas(170g)	8 vasos (2 litros)	según indicado de bolsa	7 (70)	15 ~ 30	10	El plato tapado al horno 5-7 minutos, pone arroz,sal y manteca mesclando.
Arroz largo, 1 vaso(250ML)	8 vasos (2 litros)	2 vasos (500mL)	5 (50)	14 ~ 16	10	
Arroz corto, 1 vaso(250 ML)	8 vasos (2 litros)	2 vasos (500mL)	5 (50)	10 ~ 12	10	

Carne, ave y pescado

Alimento	Escala (%)	Tiempo de calentar(minutos)	Tiempo de espera(minuto)	Nota
Sarta de salchicha congelada (color marón asado)				
2	HIGH	3 ~ 4	1	Trozos antes de cocinar.
4	HIGH	4 ~ 5	1	
Sarta de salchicha fresca, 1-2 onzas/cada uno(30-60g)				Trozos envuelto con membrana Plástica,antes de cocinar,y vuelve una vez.
2	HIGH	4 ~ 6	1	
4	HIGH	5 ~ 7	1	
Costillas de carnero, carne gruso de 1/2 pulgadas(1cm)				Poniendo en plato plano cubierto con papel parafina para no salpicarse.
1	HIGH	3 ~ 4	2	
2	HIGH	7 ~ 8	5	
Carne de ave,1 libra(450g)	HIGH	10 ~ 12	10	Poniendo en soporte cubierto con membrana plástica.
Carne de pollo, 4 libras(1.8Kg max)	HIGH	17 ~ 20	10 Tented with foil	
Trozos de pollo, 2 libras(900g max)	HIGH	9 ~ 11	5	Poniendo en plato plano, el lado de piel para ariba, cubierto con membrana plástica.
Pescado y marisco				Poniendo en plato única capa. Cubierto por papel parafina. Durante cocina ordena nuevamente o mescla el langostino y venera.
Lonja pescado 3/4 libra(350g)	HIGH	7 ~ 9	3	
	5 (50)	8 ~ 10	5	
filete de pescado, 2 petazo,6 onzas/cada uno(170g)	7 (70)	11 ~ 12	3	
venera,1 libra (450g)	7 (70)	10 ~ 11	3	
Langostino, tamaño mediano, 1 libra(450g) (pelado y lavado)				
Pescado entero, 1.5-1.75 libra	HIGH	9 ~ 10	5	

ESPAÑOL

Alimentos asados y dulces

Cambia la manera de cocinar

Cuando tosta el pan hay que disminuir la levadura (levadura o soda) hasta 1/4 cantidad general.

Si en las galletas pone demasiado levadura las galletas seran amargos.porque los alimentos se levantan m¨¢s en el horno microondas,por eso pone menos levadura el volumen de alimento no disminuye.

Si mescla el queso o yogur en el pan no cambia la cantidad de levadura,porque estos neutralizan levadura y acidez.

Pero cuando mescla el queso o yogur y no disminuye la levadura mejor deja la masa 10 minutos en el aire para escapar algo de gas desde la masa. Si no hace según los indicados:

- Cuando recalenta el pan y rollo de pan no sobrepasa la temperatura,si no el pan será duro.

Guía de recalentar/cocinar

Alimentos	Escala (%)	Tiempo aproximado de cocinar/recalentar	Nota
Bocadillo redondo Pan con salchicha congelado:1 libra(450g) Temperatura de sala 1 2 4	5 (50) 5 (50) 5 (50) 5 (50)	1 - 2 min. 5 - 10 sec. 10 - 15 sec. 15 - 20 sec.	Poniendo en plato de papel o envuelto con toalla de papel.
Arco de pan 1 rollo dulce de pan, 2 bollo 4	5 (50) 5 (50) 5 (50)	10 - 15 sec. 20 - 25 sec. 35 - 40 sec.	Poniendo en plato de papel o toalla de papel.si es congelado 15 segundos más.
Pan entero de café, Congelado:10-13 onzas (280-370g) Temperatura de sala: 10-13 onzas(280-370g)	5 (50) 5 (50)	1 1/2 - 2 min. 1 - 1 1/2 min.	Poniendo en plato de papel o toalla de papel.
Pan frances, Congelado:1 libra(450g) Temperatura de sala: 1 libra(450g)	5 (50) 5 (50)	1 1/2 - 2 min. 20 - 30 sec.	Poniendo en plato de papel o toalla de papel

Alimentos	Manteca	Plato	Escala y tiempo(minuto)		Tiempo de guardar	Nota
			Primera etapa	Segunda etapa		
Bollo de crema. única capa o mesclado	2 1/4 vaso (550mL)	plato de 8-9 pulgadas (20-30cm)	5 (50) 10 min.	HIGH 3 to 4 min.	10 min.	Poniendo en plato asado revuelto.
Bollo chocolate	2 vaso (500mL)	plato de 8-9 pulgadas (20-30cm)	5 (50) 12 to 14 min.	——	Envuelta en papel parafina para enfriar	Cubre con papel parafina, poniendo en plato asado revuelto.
Galleta larga	1 1/2 vaso (400mL)	plato de 8-9 pulgadas (20-30cm)	5 (50) 10 min.	HIGH 2 to 3 min.	Enfrio total	Cubre con papel parafina en primera etapa
Bollo	1/4 vaso cada uno (50mL)	1 2 6	7 (70) 40 to 60sec. 2 to 3 min. 6 to 7 min.	——	——	——

Lista de cocinar rápida

Tipo	Plato	Cantidad	Instrucción
Plato Congelado	uno	10onzas (280g)	Saca el plato de la bolsa y cocina según indicados de bolsa. poniendo el plato envuelto con papel parafina al horno de microondas. Por ejemplo la comida congelada: fideo asado con carne pcada,arroz con pollo,arroz con carne de pavo.
Vegetal	un vaso	vegetal de 8 onzas(230g) y 2 cucharadas de agua	Cubre con recipiente especial de microondas o membrana plástica.
	2 vasos	vegetal de 16 onzas (454g) y 1/4 vaso de agua	Cubre con recipiente especial de microondas o membrana plástica.
	3 vasos	vegetal de 24 onzas (680g) y 1/2 vaso de agua	Cubre con recipiente especial de microondas o membrana plástica.
	4 vasos	vegetal de 32 onzas (900g) y 1/2 vaso de agua	Cubre con recipiente especial de microondas o membrana plástica.
	Nota: el peso de vegetal es peso neto,repelado y cortado.		Prepara el vegetal(lavar,cortar 1-2.5 cm en lonjas o trozos); poniendo en recipiente especial de microondas;pone agua y tapa.la mayor parte de vegetales se guarda unos 2-3 minutos despús de cocinar.
Patata	1	10oz.(280g)	Lavar y cortar en trozos,poniendo en soporte seguro de microondas o toalla de papel,una rueda de trozos separados(2.5cm) de distancia. Se guarda unos 3-5 minutos despús de cocinar.
	2	20oz.(560g)	
	3	30oz.(840g)	
	4	40oz.(1120g)	
Palomitas de arroz	1 2 3	3.5oz. (100g) 3.0oz. (85g) 1.75oz. (50g)	Poniendo la bolsa en plato de microondas y practica según indicados de fábrica.

ESPAÑOL

Lista de cocinar rápida

Tipo	Plato	Cantidad	Instrucción
Plato de comida	Comida congelada o preparada	1 plato, 8 onzas(230g)	Recipiente especial de microondas y cubierto con papel parafina,un plato 1-2 comidas.
		2 platos, 16 onzas(454g)	Por ejemplo: un plato con un pecho de pollo (4 onzas-115g),1/4 vaso de vegetal,1/4 vaso de puré de patatas o un pan con carne cocido y 1/4 vaso de vegetal cocido.
Bebida	Café/Té (frio)	1 vaso, 8 onzas(230g)	Con el vaso especial de microondas o otro tipo de vaso seguro sin tapa y recalenta nuevamente y mescla.
		2 vasos, 16 onzas(454g)	

PREGUNTAS Y RESPUESTAS

Funcionamiento

Pregunta	Respuesta
¿Por qué la luz del horno no se prende mientras está cocinando?	Puede haber muchas razones para que la luz no se encienda • ¿Programó el tiempo de cocción? • ¿Tocó el botón "START"?
¿Por qué sale vapor por la ventilación?	Es normal que se produzca vapor durante la cocción. El horno de microondas ha sido diseñado para que el vapor se libere.
¿Se daña el horno si se usa vacío?	Sí. Nunca use el horno cuando está vacío o sin la bandeja giratoria.
¿La energía a microondas pasa a través del visor de vidrio de la puerta?	No. La malla de metal en la puerta hace que la energía rebote a la cavidad del horno. Los orificios sólo dejan pasar la luz. Estos no dejan que las microondas pasen.
¿Por qué hay un sonido cuando se toca un botón en el panel de controles?	El sonido le avisa cuando Ud. está entrando datos.
¿Se puede dañar el horno si la comida se cocina demasiado?	Como con cualquier electrodoméstico para cocinar, es posible que la comida se recocine al punto de que se forme humo y hasta fuego dentro del horno. Lo mejor es quedarse cerca del horno mientras está cocinando.
Cuando el horno se enchufa por primera vez puede ser que no funcione correctamente. ¿Por qué	La microcomputadora que controla su horno puede fallar temporariamente para funcionar como se programó cuando Ud. lo enchufa por primera vez o cuando vuelve la luz luego de un corte de corriente. Desenchufe el horno del tomacorriente de 120 voltios y vuélvalo a enchufar para volver a programar la computadora.
¿Por qué se ve un reflejo de luz en la cubierta externa?	Esta luz viene de la luz del horno que está ubicada entre la cavidad y la pared externa del horno.
¿Cuáles son los diferentes sonidos que se escuchan mientras el horno esta funcionando?	El chasquido es causado por un interruptor mecánico que enciende y apaga el magnetrón del horno de microondas. El zumbido y el sonido metálico vienen del cambio de intensidad del magnetrón cuando se prende o se apaga con el interruptor mecánico. El cambio en la velocidad del ventilador se produce por el cambio en el voltaje causado por el encendido y apagado del magnetrón.
¿Por qué a veces los alimentos horneados tienen manchas marrones, secas y duras?	Las manchas marrones, secas y duras indican que se recocinó. Acorte el tiempo de cocción o calentamiento.
¿Por qué los huevos explotan a veces?	Cuando hornea, fríe o hierve huevos, la yema puede reventar debido a la acumulación de vapor dentro de la membrana de la yema. Para evitar esto, simplemente perfore la yema con un palillo de madera antes de cocinar. **PRECAUCIÓN:** Nunca cocine huevos con cáscara en el horno de microondas.

PREGUNTAS Y RESPUESTAS (continuación)

Alimentos

Pregunta	Respuesta
¿Por qué los huevos revueltos a veces están un poco secos después de cocinar?	Los huevos se secan si están recocidos aunque use siempre la misma receta. El tiempo de cocción puede variar por las siguientes razones: • Los huevos varían de tamaño. • Los huevos están a temperatura ambiente algunas veces y otras veces están refrigerados. • Los huevos se siguen cocinando durante el tiempo de reposo.
¿Se pueden hacer palomitas de maíz en el horno de microondas?	Sí, si se usa uno de los siguientes métodos: (1) Dispositivos para hacer palomitas específicos para microondas. (2) Bolsas de maíz para palomitas especiales para microondas que están preparadas para tiempos de cocción e intensidad específicos. **Siga las instrucciones exactas dadas por cada fabricante para su producto y no deje el horno descuidado mientras el maíz se está cocinando. Si el maíz no explota después del tiempo indicado, deje de cocinar. Si se recocina se puede prender fuego.** **PRECAUCIÓN:** • **Nunca use bolsas de papel de estraza para hacer palomitas de maíz o intente hacer saltar los granos de maíz que han quedado sin reventar.** • **No ponga el maíz para palomitas pre-empaquetado directamente sobre la bandeja giratoria. Para evitar sobrecalentamiento de la bandeja giratoria, ponga la bolsa sobre un plato.**
¿Por qué a veces las manzanas asadas revientan durante la cocción?	La cáscara no se ha quitado de la parte superior de cada manzana para permitir la expansión del interior de la fruta mientras se cocina. Como en los métodos convencionales de cocción, el interior de la manzana se expande durante el proceso de cocción.
¿Por qué a veces las papas asadas se queman durante la cocción?	Si se cocina por mucho tiempo se pueden incendiar. Al final del tiempo de cocción recomendado, las papas deberían estar relativamente firmes. **PRECAUCIÓN: no cocinar en exceso.**
¿Por qué se recomienda un tiempo de reposo después de cocinar con microondas?	El tiempo de reposo permite que los alimentos se cocinen en forma pareja por unos minutos después del ciclo de cocción con microondas. El tiempo de reposo depende de la densidad de los alimentos.
¿Por qué se requiere tiempo adicional para cocinar alimentos guardados en el refrigerador?	En cocina convencional, la temperatura inicial de los alimentos afecta el tiempo total de cocción. Ud. necesita más tiempo para cocinar alimentos sacados del refrigerador que para alimentos que están a temperatura ambiente.

DIAGNÓSTICO Y SOLUCIÓN DE PROBLEMAS

ANTES DE LLAMAR PARA SERVICIO

Hay muchos problemas de funcionamiento que Ud. puede corregir solo. Si su horno de microondas no funciona correctamente, localice el problema en la siguiente lista y pruebe las soluciones sugeridas para cada problema. Si el horno de microondas aún no funciona correctamente, contacte el centro de servicio Sears más cercano. Los centros de servicio Sears están totalmente equipados para darle el servicio requerido.

Problema	Causas posibles
El horno no arranca	• ¿Está enchufado? • ¿La puerta está cerrada? • ¿Programó el tiempo de cocción?
Hay chispas	• ¿Está usando vajilla aprobada? • ¿El horno está vacío?
Hora incorrecta	• ¿Ha tratado Ud. de volver a poner el reloj a la hora?
Comidas cocidas en forma despareja	• ¿Está usando vajilla aprobada? • ¿Está la bandeja giratoria en el horno? • ¿Dio vuelta o revolvió la comida mientras se cocinaba? • ¿Estaban los alimentos completamente descongelados? • ¿El tiempo y la intensidad de cocción eran correctos?
Alimentos recocidos	• ¿El tiempo y la intensidad de cocción eran correctos?
Alimentos no suficientemente cocidos	• ¿Está usando vajilla aprobada? • ¿Estaban los alimentos completamente descongelados? • ¿El tiempo y la intensidad de cocción eran correctos? • ¿Los orificios de la ventilación están destapados?
Descongelación incorrecta	• ¿Está usando vajilla aprobada? • ¿El tiempo y la intensidad de cocción eran correctos? • ¿Dio vuelta o revolvió la comida mientras se descongelaba?

DECLARACIÓN DE INTERFERENCIA DE RADIOFRECUENCIA DE LA COMISIÓN FEDERAL DE COMUNICACIONES (Sólo para Estados Unidos)

AVISO:

Este aparato genera y usa energía de frecuencia ISM y si no se instala o usa debidamente, es decir en estricto acuerdo con las instrucciones del fabricante, puede causar interferencia a la recepción de radio y televisión. Se ha analizado el tipo y se ha encontrado que cumple con los límites de aparatos industriales, científicos y médicos (ISM) según la parte 18 de las reglas de la Comisión, las cuales están diseñadas para proveer una protección razonable contra dicha interferencia en la instalación residencial.

Sin embargo, no se garantiza que no habrá interferencia en una instalación específica. Si este aparato causa interferencia a la recepción de la radio o televisión, lo cual se puede determinar prendiendo y apagando el aparato, se recomienda que el usuario trate de corregir la interferencia mediante uno o más de los siguientes pasos:

- Cambie la orientación de la antena de radio o televisión.
- Cambie la posición del horno de microondas con respecto al receptor.
- Mueva el horno de microondas a otro tomacorriente para que el horno y el receptor estén en distintos circuitos eléctricos.
- Enchufe el horno de microondas en otro tomacorriente para que el horno y el receptor estén en distintos circuitos.

El fabricante no es responsable por la interferencia de radio o televisión causada por la modificación **sin autorización** de este horno de microondas. La corrección de la interferencia es responsabilidad del usuario.

Master Protection Agreements

Congratulations on making a smart purchase.

Your new Kenmore® product is designed and manufactured for years of dependable operation.

But like all products, it may require preventive maintenance or repair from time to time.

That's when having a Master Protection Agreement can save you money and aggravation.

Purchase a Master Protection Agreement now and protect yourself from unexpected hassle and expense.

The Master Protection Agreement also helps extend the life of your new product. Here's what's included in the Agreement:

- ☑ **Expert service** by our 12,000 professional repair specialists
- ☑ **Unlimited service and no charge** for parts and labor on all covered repairs
- ☑ **"No-lemon" guarantee** – replacement of your covered product if four or more product failures occur within twelve months
- ☑ **Product replacement** if your covered product can't be fixed
- ☑ **Annual Preventive Maintenance Check** at your request – no extra charge
- ☑ **Fast help by phone** – phone support from a Sears technician on products requiring in-home repair, plus convenient repair scheduling
- ☑ **Power surge protection** against electrical damage due to power fluctuations
- ☑ **Rental reimbursement** if repair of your covered product takes longer than promised

Once you purchase the Agreement, a simple phone call is all that it takes for you to schedule service.

You can call anytime day or night, or schedule a service appointment online.

Sears has over 12,000 professional repair specialists, who have access to over 4.5 million quality parts and accessories. That's the kind of professionalism you can count on to help prolong the life of your new purchase for years to come. Purchase your Master Protection Agreement today!

Some limitations and exclusions apply. For prices and additional information call 1-800-827-6655.

Sears Installation Service

For Sears professional installation of home appliances, garage door openers, water heaters, and other major home items, in the U.S.A. call

1-800-4-MY-HOME®

Acuerdos Maestros de protección

Felicitaciones por haber hecho una compra inteligente

Su nuevo producto Kenmore® está diseñado y fabricado para años de operación segura.

Pero como todo producto, puede necesitar mantenimiento preventivo o reparaciones cada cierto tiempo. Es allí cuando el tener un Acuerdo Maestro de protección le puede ahorrar dinero o evitar que la falla empeore.

Adquiera un Acuerdo Maestro de protección ahora y resguárdese de cualquier molestia o gastos inesperados.

El Contrato de Protección Maestro ayuda también extender la vida de su nuevo producto. Estas son los aspectos incluídos en el Contrato :

- ☑ **Servicio experto,** llevado a cabo por cualquiera de nuestros 12.000 profesionales especialistas en reparaciones.
- ☑ **Servicio ilimitado y sin cargo alguno,** por las piezas o por el trabajo en toda las reparaciones cubiertas por el Acuerdo.
- ☑ **Garantía de "No-Lemon"** - cambio de su producto cubierto si ocurre más de cuatro o más fallas al producto dentro de doce primeros meses.
- ☑ **Reemplazo del producto** si su este asegurado no puede arreglarse.
- ☑ **Control anual de mantenimiento preventivo** a pedido suyo sin cargo extra.
- ☑ **Ayuda rápida vía teléfonico** - Soporte telefónico de un técnico de Sears sobre los productos que se requiere de reparación en casa, más la programación conveniente de servicio.
- ☑ **Protección contra sobrecarga eléctrica,** por daños eléctricos causados por fluctuaciones de corriente.
- ☑ **Reembolso de alquiler** si la reparación del producto asegurado toma más tiempo de lo prometido.

Una vez que ha comprado el Acuerdo, una simple llamada telefónica es todo lo que le tomará para agendar un servicio. Puede llamar a cualquier hora del día o de la noche o hacer un compromiso de atención por teléfono.

Sears tiene más de 12,000 profesionales especialistas en reparaciones que tienen acceso a más de 4.5 millones de piezas de calidad y accesorios. Esa es la clase de profesionalismo con la que puede usted contar para ayudar a prolongar la vida de su nueva adquisición en los años por venir. ¡Suscriba ya un Acuerdo Maestro de protección!

Se aplican algunas limitaciones y exclusiones. Por precios e información adicional llame al 1-800-827-6655.

Servicio de instalación Sears

Para la instalación profesional de Sears de los aparatos del hogar, dispositivos de apertura de la puerta del garaje, calentadores de agua, y otros items principales del hogar, llame en los Estados Unidos a **1-800-4-MY-HOME®**.

Get it fixed, at your home or ours!

Your Home

For repair - in your home - of all major brand appliances, lawn and garden equipment, or heating and cooling systems, **no matter who made it, no matter who sold it!**

For the replacement parts, accessories and owner's manuals that you need to do-it-yourself.

For Sears professional installation of home appliances and items like garage door openers and water heaters.

1-800-4-MY-HOME® (1-800-469-4663)

Call anytime, day or night (U.S.A. and Canada)

www.sears.com www.sears.ca

Our Home

For repair of carry-in items like vacuums, lawn equipment, and electronics, call or go on-line for the location of your nearest **Sears Parts & Repair Center.**

1-800-488-1222

Call anytime, day or night (U.S.A. only)

www.sears.com

To purchase a protection agreement (U.S.A.) or maintenance agreement (Canada) on a product serviced by Sears:

1-800-827-6655 (U.S.A.) **1-800-361-6665** (Canada)

Para pedir servicio de reparación a domicilio, y para ordenar piezas:

1-888-SU-HOGAR℠

(1-888-784-6427)

Au Canada pour service en français:

1-800-LE-FOYER^MC

(1-800-533-6937)

www.sears.ca



Part No. 3828W5A3514